



©Kim van de Wetering

EINDELIJK WEER EEN THUIS, DAN BEGINT HET PAS

Empowerment van cliënten en (sociaal) professionals in Beschermd Thuis

Eindelijk weer een eigen huis, dan begint het pas

Empowerment van cliënten en (sociaal) professionals in Beschermd Thuis

Verkennde studie naar het effect van twee trainingen op het versterken van eigen regie en participatie van cliënten in Beschermd Thuis die duurzaam (gaan) wonen in de wijk

Mei 2025

Ineke Baas



Lectoraat Wonen & Welzijn, Hogeschool Utrecht –
Kenniscentrum Sociale Innovatie

Bezoekadres:
Padualaan 101
3584 CH Utrecht

Postadres:
Postbus 85397
3508 AJ Utrecht

Telefoon: 088 – 481 92 22
E-mail: ksi@hu.nl

Het lectoraat Wonen & Welzijn is onderdeel van het Kenniscentrum Sociale Innovatie. Hoe bouwen we aan een samenleving waarin iedereen kan meedoen, tot zijn recht komt en zich veilig voelt? Hier doen de lectoraten van het Kenniscentrum Sociale Innovatie van Hogeschool Utrecht onderzoek naar, met en voor (aankomend) sociale professionals in het brede sociaal domein. Onze missie is om samen met partners uit praktijk, onderwijs en beleid bij te dragen aan 'beter samen leven' en het verkleinen van sociale ongelijkheid. Dit doen wij door praktijkgericht onderzoek, ontwikkeling en agendering van actuele maatschappelijke en sociale vraagstukken op het vlak van participatie, welzijn, zorg en ondersteuning, jeugdhulp, werk en inkomen, schuldenproblematiek, dak- en thuisloosheid, toegang tot recht, reclassering, sociale veiligheid, en deelname aan onderwijs, sport en cultuur.

© Hogeschool Utrecht, 2025
Bronvermelding is verplicht. Verveelvoudigen voor eigen gebruik of intern gebruik is toegestaan

Inhoudsopgave

Samenvatting	6
1 Inleiding	8
1.1 Aanleiding	8
1.2 Doelstelling onderzoek	9
1.3 Opzet van het onderzoek	10
1.4 Leeswijzer	10
1.5 Maatschappelijke context van het onderzoek	11
2 Literatuurverkenning	13
2.1 Inclusieve samenleving	13
2.2 Empowerment	14
2.3 Eigen regie	15
2.4 Participatie	17
2.5 (Sociaal) professionals	19
2.6 Resultaten en conclusies literatuurverkenning	20
3 Onderzoeksmethoden	23
3.1 Inleiding	23
3.2 Onderzoeksbenadering	23
3.3 Populatie en steekproef	24
3.4 Betrouwbaarheid en validiteit	25
3.5 Data-analyse	25
4 Theoretisch kader	27
4.1 Perspectieven en theoretische invalshoeken	27
4.2 Empowerment als behandelwijze; denk- en handelingskader voor sociaal werk en als meetbaar concept	27
4.3 Mensenrechtenperspectieven	28
4.4 Participatie	29
4.5 Waarden centraal	30
4.6 Benadering Positieve Gezondheid	30
4.7 Betekenisvol leven	30
4.8 Erkenning, identiteitsvorming, hechting en veiligheid	31
4.9 Netwerk, netwerkversterking en netwerksamenwerking	31
5 Participatief onderzoek Maak je Eigen Thuis Training (METT)	34
5.1 Inleiding	34
5.2 Historie van de METT	34
5.3 Resultaten van de METT	35
5.4 Conclusies en aanbevelingen METT-deel A, 2022 en 2023	36
5.5 Vervolgonderzoek METT: deel B, 2024	37
5.6 Interviews en ervaringen METT	38
5.7 Deelname aan de METT vanuit de Tussenvoorziening, in 2024	42
5.8 Evaluatie METT 2024:	42
5.9 Wel/geen deelname aan de METT	44
5.10 Randvoorwaarden voor deelname aan de METT	46
5.11 Inbedding	47

6	Participatief actieonderzoek training ‘Skillslab landen in de wijk’ voor (sociaal) professionals	51
6.1	Inleiding	51
6.2	Aanleiding	51
6.3	Opdracht en deelvraag	51
6.4	Doel en opzet van de training ‘Skillslab landen in de wijk’	52
6.5	Bevindingen en evaluatie training ‘Skillslab landen in de wijk’	53
6.6	Implementatie training Skillslab landen in de wijk	55
6.7	Inbedding van de training ‘Skillslab landen in de wijk’	56
7	Resultaten en analyse van de verdiepende studie	58
7.1	Thematische analyse	58
7.2	Thematische analyse interviews	59
7.3	Overzicht en uitwerking clustering thema’s interviews	60
7.4	Analyse literatuurverkenning, interviews en ervaringen respondenten	64
7.5	Analyse ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT)	67
7.6	Analyse implementatie van de METT	68
7.7	Analyse van de training ‘Skillslab landen in de wijk’	70
7.8	Analyse van de trainingen METT en ‘Skillslab landen in de wijk’ door middel van het model Participatieladder	71
8	Conclusies en aanbevelingen	73
8.1	Conclusies ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT)	74
8.2	Conclusie training ‘Skillslab landen in de wijk’	75
9	Aanbevelingen	77
9.1	Aanbevelingen ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT)	77
9.2	Aanbevelingen voor de training ‘Skillslab landen in de wijk’	79
9.3	Aanbevelingen voor de METT en de training Skillslab landen in de wijk	81
10	Dankwoord	82
	Referenties	83

Samenvatting

Dit rapport richt zich op de vraag hoe empowerment bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie van cliënten in Beschermd Thuis en van (sociaal) professionals in Utrecht. Deze twee pijlers zijn essentieel voor duurzaam wonen in de wijk. Op basis van interviews, literatuurverkenning en herhaalde deelname aan de trainingen 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) en 'Skillslab landen in de wijk', blijkt dat empowerment zowel de participatie als eigen regie vergroot. Beide trainingen hebben een positieve impact: direct op het functioneren en de kwaliteit van leven van cliënten, en indirect op de werkwijze van professionals in Beschermd Thuis en de wijk.

De centrale bevindingen van deze verkennende studie luiden als volgt:

- Eigen regie betekent dat de cliënt, eventueel bijgestaan door naasten en/ of ervaringsdeskundigen of (sociaal) professionals zelf bepaalt wie welke hulpverleent of ondersteuning biedt en op welke manier dit gebeurt;
- Empowerment is een proces van versterking waarbij (groepen) cliënten en betrokken organisaties grip hebben op de eigen situatie én hun omgeving door het verwerven van regie, het uitdiepen van (zelf)bewustzijn en het stimuleren van participatie;
- De 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) draagt op individueel niveau bij aan het versterken van eigen regie en participatie;
- De training 'Skillslab landen in de wijk', gericht op (sociaal) professionals, draagt bij aan empowerment op cliëntniveau.

Het onderzoek omvatte een uitgebreide verkenning van de perspectieven van cliënten in Beschermd Thuis, facilitators en (sociaal) professionals. Er werden 69 interviews gehouden, waaronder 19 interviews met cliënten in Beschermd Thuis. De interviews en literatuurverkenning werden benut voor een afzonderlijk onderzoeksrapport over de vraag in hoeverre een sociale basis in Utrecht, waarin nauw samengewerkt wordt tussen de informele en formele zorg in de wijk, participatie-bevorderend en eigen regieversterkend werkt op cliënten die uitstromen uit Beschermd Thuis naar zelfstandig wonen in de wijk (bijlage 1).

Uit het eerdere onderzoek naar de METT in 2022 en 2023 (bijlage 2), en de resultaten uit 2022 en 2023 blijkt net als de resultaten van het vervolgonderzoek naar de METT in 2024, dat deze training bijdraagt aan het versterken van het gevoel van eigen regie en participatie bij de deelnemers. De training 'Skillslab landen in de wijk' biedt tools aan (sociaal) professionals om de begeleiding in de wijk zo goed mogelijk te kunnen blijven doen, met elkaar samen te werken en de onderlinge samenwerking te versterken.

Het onderzoek concludeert dat empowerment een middel is voor participatie en eigen regie en een factor is in het vergroten van zowel participatie als de eigen regie van cliënten in Beschermd Thuis. Samenwerking tussen informele zorg en formele zorg biedt een sterke sociale basis voor samenwerking in de wijk en werkt om eigen regie en participatie te bevorderen. Zie voor deze conclusie de verdiepende studie naar de sociale basis in Utrecht (bijlage 1).

“Hoe empowerment bijdraagt aan het
versterken van eigen regie en participatie
van cliënten binnen Beschermd Thuis”

1 Inleiding

Dit onderzoek richt zich op de vraag hoe empowerment bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie van cliënten binnen Beschermd Thuis. Hierbij worden twee trainingen - de training 'Maak je Eigen Thuis' (METT) voor mensen die dakloos zijn geweest en de training 'Skillslab landen in de wijk' voor (sociaal) professionals die deze cliënten begeleiden - onderzocht op de impact op cliëntempowerment, en wordt bekeken hoe professionals volgens de betrokken cliënten en (sociaal) professionals zelf, empowerment stimuleren. Hierbij is ook nagegaan hoe de trainingen kunnen aansluiten bij wat de cliënten in Beschermd Thuis zélf belangrijk vinden. Ter voorbereiding van het onderzoek zijn verschillende experts en ervaringsdeskundigen geïnterviewd met als doel de onderzoeksvraag te verhelderen, waar mogelijk, samen met hen en het werkveld de onderzoeksvraag verder aan te scherpen. In deze studie wordt door middel van interviews, literatuurverkenning en deelname, evaluatie en analyse van trainingen voor cliënten die doorstromen of al doorgestroomd zijn uit de Maatschappelijke Opvang (MO) of Beschermd Wonen (BW) in Beschermd Thuis, en trainingen voor (sociaal) professionals werkzaam in onder andere Beschermd Thuis, onderzocht wat er nodig is om empowerment op cliëntniveau te realiseren.

De afgenomen interviews en de literatuurverkenning zijn daarnaast ook benut voor een afzonderlijk onderzoeksrapport over de vraag in hoeverre een sociale basis in Utrecht, waarin nauw samengewerkt wordt tussen de informele en formele zorg in de wijk, participatie-bevorderend en eigen regieversterkend werkt. Deze afzonderlijke studie draagt de titel: Verdiepende studie naar de sociale basis in Utrecht. In hoeverre is er een sociale basis in Utrecht waarin (nauw) samengewerkt wordt tussen informele en formele zorg in de wijk, die participatie-bevorderend en eigen regieversterkend werkt voor cliënten die uitstromen uit Beschermd Thuis? (Baas, 2025)

1.1 Aanleiding

In het najaar van 2022 werd ondergetekende in de gelegenheid gesteld deel te nemen aan de 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) en deze te onderzoeken. Gedurende een periode van twee jaar ontstond de mogelijkheid om me onder te dompelen in de wereld van empowerment van cliënten in Beschermd Thuis in Utrecht; de trainingen METT, 'Skillslab landen in de wijk'; en de sociale basis in de wijk na uitstroom uit de opvang. De METT maakte nieuwsgierig naar hoe het is voor mensen die uitstromen uit Beschermd Wonen en de Maatschappelijke Opvang in Beschermd Thuis in Utrecht. Hoe is het om een eigen (t)huis te hebben, en in hoeverre het zelfstandig wonen met ambulante begeleiding de wensen en dromen van de deelnemers vervult?¹ De 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) is ontwikkeld voor cliënten die uit gaan stromen óf die net zijn uitgestroomd en worstelen met het thuisgevoel in hun woning en de wijk. Je thuis voelen is namelijk meer dan alleen een leuke bank of stoel hebben en is afhankelijk van verschillende factoren die voor iedereen weer anders kunnen zijn. De METT gaat in vijf bijeenkomsten (en één terugkombijeenkomst) in op deze factoren en zet iemand aan het denken wat voor hem of haar belangrijk is om zich thuis te voelen. Wat is voor mij een thuis, hoe ziet dit eruit? Wie gaan er op bezoek komen en welke sfeer moet er hangen? Aan de hand van creatieve opdrachten die zijn afgestemd op elk niveau, gaat de cursist op verkenningstocht, leert van de ervaringen van anderen en leert betekenis geven aan het woord 'thuis' (Projectplan METT Utrecht West, 2023). Daarnaast werd de opdracht gegeven om de training 'Skillslab landen in de wijk' te onderzoeken door middel van deelname; evaluatie en bijdrage voor doorontwikkeling, vervolg, bredere inbedding en implementatie. De training is gericht op (sociaal) professionals die onder andere als ambulant begeleider in Beschermd Thuis, in de wijk of in een intramurale setting in (regio) Utrecht werken. En daarbij onder meer te maken hebben met verhuizingen en de overgang van intramuraal naar ambulant wonen en wat daarbij komt kijken. De tweede training die in dit onderzoek centraal staat is de training 'Skillslab landen in de wijk'. Deze training voor (sociaal) professionals heeft als

¹ METT-facilitator schrijft onderzoeker dat de training ook passend is voor mensen die al een langere tijd in een eigen huis wonen maar zich daar nooit echt thuis hebben gevoeld (29 januari 2025).

doel kennis en ervaring met en van elkaar op te doen over in de kern hoe het is om (langdurig) ambulant te werken. Bijvoorbeeld in situaties waarbij de cliënt in Beschermd Thuis niet openstaat voor ambulante begeleiding of activering. De training 'Skillslab landen in de wijk' biedt tools aan (sociaal) professionals om de begeleiding in de wijk zo goed mogelijk te kunnen (blijven) doen; met elkaar te leren, samen te werken en de onderlinge samenwerking te versterken.

1.1.1 Parallel met het programma "Thuis in de Wijk"

Het onderzoek naar empowerment door de 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) en de training 'Skillslab landen in de wijk', loopt parallel aan en heeft verbanden met het programma 'Thuis in de wijk' in zestien gemeenten in de provincie Utrecht: de U16. Dit programma heeft zijn oorsprong in de 'Regionale koers maatschappelijke opvang en beschermd wonen in de U16' (Gemeente Utrecht, 2017, *Regionale koers maatschappelijke opvang en beschermd wonen U16*) en koerst erop dat mensen met (ernstige) psychische, sociale of maatschappelijke problemen zoveel mogelijk in hun eigen omgeving kunnen herstellen, zelfstandig kunnen wonen en deelnemen aan de samenleving. Ook dat mensen kunnen werken aan het opbouwen van een sociaal netwerk en door hun omgeving worden geaccepteerd en ondersteund. Een vraag daarbij is in hoeverre de sociale basis in Utrecht met een (versterking van de) verbinding en samenwerking tussen formele zorg en informele zorg, een empowerende werking heeft: participatie-bevorderend en eigen regieversterkend op cliënten in Beschermd Thuis.²

1.2 Doelstelling onderzoek

Bovenstaand kader vormt het vertrek voor dit onderzoek over eigen regie, participeren en zelfredzaamheid; over autonomie en vrijheid om je eigen leven vorm te geven. Deze verkennende studie beoogt bij te dragen aan de kennis over voor wie, wat, wanneer en waarop inzet nodig is om eigen regie, herstel en inclusie te bevorderen. Dit door het participeren in, onderzoeken en bijdragen aan het doorontwikkelen van twee de typen trainingen, te weten de 'Maak je Eigen Thuis Training (METT) voor cliënten in Beschermd Thuis en de training 'Skillslab landen in de wijk' voor medewerkers die werkzaam in Beschermd Thuis, (ambulante) begeleiding en/ of Buurtteams. Centraal staat in hoeverre de twee trainingen behulpzaam zijn voor het bevorderen van de eigen regie en participatie door in te zetten op empowerment van de cliënten én eveneens op het stimuleren van empowerment door de (sociaal) professional.

1.2.1 Onderzoeksvraag; hoofd- en deelvragen

Hoe draagt empowerment bij aan het vergroten van de eigen regie en participatie van cliënten die thuis in de wijk in Beschermd Thuis wonen? De definitie van empowerment van Van Regenmortel (2008) vormt hierbij de basis: 'Empowerment is een proces van versterking waarbij individuen, organisaties en gemeenschappen greep krijgen op de eigen situatie en hun omgeving en dit via het verwerven van controle, het aanscherpen van kritisch bewustzijn en het stimuleren van participatie' (Rapport Sociaal in Beweging', 2022). De definitie van 'eigen regie' wordt ontleend aan Movisie: 'Eigen regie betekent dat een persoon, eventueel bijgestaan door naasten, zelf bepaalt wie welke hulpverleent of ondersteuning biedt en op welke manier dit gebeurt (*Profiel informele onafhankelijke cliëntondersteuners*, 2017).

De volgende deelvragen zijn leidend zijn voor de verkennende studie:³

- Hoe draagt de 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) bij op individueel niveau aan het versterken van eigen regie en participatie;
- Hoe draagt de training 'Skillslab landen in de wijk', gericht op (sociaal) professionals bij een empowerment op cliëntniveau?

² Zie bijlage 1: De verdiepende studie naar de sociale basis in Utrecht.

³ De deelvragen worden grotendeels in het hoofdstuk onderzoeksmethoden en analyse METT en 'Skillslab landen in de wijk' beantwoord.

1.2.2 Veronderstelling

De veronderstelling is dat empowerment van cliënten in Beschermd Thuis die de METT hebben gevolgd, evenals van (sociaal) professionals uit (ambulante) begeleidingsteams en trainingsteams die 'Skillslab Landen in de Wijk' hebben afgerond, bijdraagt aan een grotere eigen regie en participatie van cliënten binnen Beschermd Thuis. Daarnaast ondersteunt dit de regionale transformatie naar zelfstandig wonen en sociale inclusie in de wijk.

Bovenstaand kader vormt het vertrek voor dit onderzoek over eigen regie, participeren en zelfredzaamheid; over autonomie en vrijheid om je eigen leven vorm te geven. Het onderzoek beoogt bij te dragen aan de kennis voor wie, wat, wanneer én waarop het nodig is om de eigen regie, het herstel en de inclusie te bevorderen. Dit door het zelf deelnemen, onderzoeken en bijdragen aan het doorontwikkelen van twee typen trainingen. Eén voor cliënten in Beschermd Thuis en één voor medewerkers werkzaam in Beschermd Thuis, (ambulante) begeleiding en/ of Buurtteams. Centraal staat in hoeverre de trainingen behulpzaam zijn voor het bevorderen van de eigen regie en participatie, door in te zetten op empowerment van de cliënten én eveneens op het stimuleren van empowerment door de (sociaal) professional.

1.3 Opzet van het onderzoek

Dit onderzoek met een looptijd van twee jaar bestaat uit een uitgebreide verkenning van de perspectieven van cliënten in Beschermd Thuis, (ervaringsdeskundige co-) facilitators en (sociaal) professionals in Beschermd Thuis. Eveneens van ervaringsdeskundigen en (sociaal) professionals in de formele en informele zorg in Utrecht. Wat het perspectief is, is voor ieder weer anders. Voor de ene is dit passende huisvesting met betaald werk, bij de andere is dit Housing First of een omslagwoning, en bij weer een ander een plek binnen een 24-uursvoorziening (Rapportage Staat van de nachtopvang, 2023). Het onderzoek omvat onder andere een literatuur- en bronnenstudie, participerende observatie, en herhaaldelijke deelname aan de trainingen 'Maak je Eigen Thuis' (METT) en 'Skillslab landen in de wijk'. Daarnaast zijn er groepsgesprekken gevoerd tijdens de trainingen en 69 interviews gehouden, inclusief interviews met deelnemers en (ervaringsdeskundige) facilitators en ontwikkelaars van de trainingen. Dit werd gevolgd door evaluaties, doorontwikkeling van beide trainingen en aanbevelingen om de toegankelijkheid van de sociale basis te verbeteren, met als doel de empowerment van cliënten in Beschermd Thuis te bevorderen.

1.3.1 Eindproduct

Deze verkennende studie beoogt het vergaren van kennis om onderbouwing te bieden voor de twee trainingen: de METT om empowerment voor cliënten in Beschermd Thuis te versterken en de 'Skillslab landen in de wijk' voor de ondersteuning van (sociaal) professionals in Beschermd Thuis en (ambulante) begeleiding anderszins. De trainingen worden – mede op basis van deze verkennende studie - de komende jaren verder getoetst, versterkt en uitgebouwd waar wenselijk. Mogelijk worden de trainingen ook integraal aangeboden naast het voortraject van de VOIZ-academie van Stichting de Tussenvoorziening. Het vertrekpunt daarbij is dat het trainen en vergroten van kennis en vaardigheden, het stimuleren van eigen initiatief en regie; het versterken van het eigen netwerk en meedoen wordt bewerkstelligd door empowerment. Daarnaast biedt deze verdiepende studie aanleiding voor vervolgonderzoek naar de toegankelijkheid van de sociale basis in Utrecht voor cliënten die uitstromen uit Beschermd Thuis.

1.4 Leeswijzer

Dit rapport is als volgt opgebouwd. Hoofdstuk 1 schetst de inleiding en de aanleiding voor het onderzoek naar de empowerment van cliënten en (sociaal) professionals binnen Beschermd Thuis. Hoofdstuk 2 richt zich op de onderzoeksmethoden. Hoofdstukken 3 en 4 bieden een literatuurverkenning en het theoretisch

kader. Vervolgens worden in hoofdstuk 5 en 6 het participatief actieonderzoek naar de METT en de training ‘Skillslab landen in de wijk’ behandeld. Hoofdstuk 7 presenteert de resultaten en analyse van de interviews en beide trainingen. Tot slot worden in hoofdstuk 8 en 9 de conclusies en aanbevelingen van het onderzoek besproken. Voor de METT zijn vooral bronnen van de Tussenvoorziening gebruikt, terwijl voor de ‘Skillslab landen in de wijk’ zowel geschreven als mondelinge bronnen van Lister en het Leger des Heils zijn geraadpleegd.

1.5 Maatschappelijke context van het onderzoek

In 2025, tien jaar na de overgang van de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten (AWBZ) naar de Wet maatschappelijke ondersteuning (hierna Wmo), zijn de leidende principes voor het bewerkstellings van ‘het normale leven’, herstelondersteunende zorg en mee kunnen doen bij de overgang naar een ‘thuis in de wijk’ nog springlevend. Vertrekpunt is dat de cliënt de regie heeft, in zijn leefomgeving zorg op maat ontvangt; dat er gewerkt wordt aan persoonlijk, maatschappelijk en medisch herstel; opgeschaald wordt als het nodig is en er samengewerkt wordt in een netwerk. Immers, ‘we willen dat mensen met psychische problemen een zo gewoon mogelijk leven kunnen leiden, naar eigen wens en geïntegreerd in de samenleving’ (Kroon, 2018). De landelijke transformatiebeweging naar een Beschermd Thuis is gericht op inclusiviteit, wonen en meedoen in de wijk (Adviescommissie Toekomst beschermd wonen (2015). *Van beschermd wonen naar een beschermd thuis*). Dit proces, ook wel van beschermd wonen naar beschermd thuis genoemd, ging hand in hand met het streven naar een inclusieve samenleving en met de transitie van maatwerkvoorzieningen naar een sterkere sociale basis in de wijk. Deze bewegingen hebben als doel dat de burger zelfstandig(er) woont en de zorg betaalbaar blijft. We zien een afbouw van intramurale bedden die in een toen beoogde gelijke tred had moeten gaan met een opbouw van woonvormen, van ambulante begeleiding thuis en van een stevige sociale infrastructuur in de wijk. Daarbij zijn organisaties voor Beschermd Wonen en Maatschappelijke Opvang erop gericht om mensen die tijdelijk dak- of thuisloos zijn en in de opvang of in Beschermd Wonen verblijven voor te bereiden op uitstroom en op zo zelfstandig mogelijk wonen in de praktijk. Dat dit in de praktijk een weerbarstige weg kan zijn, wordt benoemd door Cody Hochstenbach in zijn boek *Uitgewoond* (2022). Volgens Hochstenbach moeten mensen nog steeds een (uitstroom)woning ‘verdienen’. Met andere woorden: in plaats van uit te gaan van het principe Housing First, moeten cliënten vanuit een opvangsituatie eerst bewijzen dat hun basis op orde is — zoals het regelen van financiën, het hebben van dagstructuur of werk, en het beschikken over een sociaal netwerk. Beschermd Thuis biedt een basis voor zelfstandig wonen. Gemeenten; de burger zelf, zorgaanbieders en maatschappelijke organisaties moesten zich voorbereiden op de inclusieve samenleving.

Zoals de Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid (WRR) in 2017 opmerkte:

‘Van burgers wordt tegenwoordig verwacht dat ze meer verantwoordelijkheid voor hun gezondheid en welbevinden nemen en dat ze zo zelfstandig mogelijk functioneren. Niet alleen voor veel mensen met een psychische aandoening zijn dit lastige opgaven; de samenleving stelt hoge eisen aan de (zelf)redzaamheid van alle burgers en houdt te weinig rekening met burgers die daar – om verschillende redenen – niet aan kunnen voldoen’

(Weeghel en Couwenbergh, 2020). Het ‘zelfredzaamheidscriterium’ gold en geldt veelal nog als adagium. Ook de rol van de sociaal werker veranderde mee met deze beweging, waarin de transformatie plaatsvond van intramurale zorg en opvang naar (passend en/of zelfstandig) wonen, en van nationaal beleid en verantwoordelijkheid naar regionale en lokale praktijken.

“Verandering kan beginnen, maar er is nooit
een basis geweest”

2 Literatuurverkenning

De begrippen die de basis vormen van deze literatuurverkenning zijn: empowerment, eigen regie en participatie. In dit hoofdstuk worden deze drie centrale begrippen empowerment, participatie en eigen regie elk afzonderlijk besproken. Daarnaast wordt de (gewenste) rol en verwachting van de (sociaal) professional in Beschermd Thuis belicht. Dit alles wordt geplaatst in het kader van de 'inclusieve samenleving', de verschuiving van opvang naar zelfstandig wonen, netwerkversterking en de ontwikkelingen rondom (in)formele zorg binnen de sociale basis.

2.1 Inclusieve samenleving

In dit onderzoek, waarin empowerment bij de overgang van opvang naar wonen - specifiek naar Beschermd Thuis - centraal staat, is de inbedding in een inclusieve wijk en hoogover in een inclusieve samenleving van groot belang. Een inclusieve samenleving behelst: 'Een samenleving waarin mensen dezelfde kansen en mogelijkheden hebben, ongeacht hun achtergrond, leeftijd, geslacht, opleidingsniveau, godsdienst, seksuele voorkeur en ongeacht of ze een ziekte of beperking hebben (Rademakers, 2025)'. Zo'n samenleving hebben we nu nog niet. De Raad voor Volksgezondheid en Samenleving (RVS) pleit eveneens voor inclusie in plaats van marginalisatie. In het RVS-rapport 'Herstel begint met een huis' (2020) staat: 'Sociale insluiting: recht op huisvesting als breekijzer om mensen te includeren in plaats van te marginaliseren. Het aantal mensen dat leeft in bestaansonzekerheid is groot en de verwachting is dat dit aantal zal toenemen. Er is een besef nodig dat goede en intensieve begeleiding op cruciale momenten dakloosheid kan voorkomen. Echter, regels en procedures die bedoeld zijn om individuen én de samenleving als geheel hiertegen te beschermen, veroorzaken regelmatig het omgekeerde: ze duwen mensen in een kwetsbare positie verder naar de rand van de samenleving' (Herstel begint met een huis, 2020).

2.1.1 Inclusie of exclusie?

Iedereen telt mee, maar volwaardig deelnemen aan de samenleving is een uitdaging wanneer je dakloos bent of in een preciaire woonsituatie verkeert. Van mensen die dakloos zijn, wordt vaak geredeneerd dat ze dakloosheid zélf veroorzaakt hebben. Artikel 1 van de grondwet zegt ons dat we niet mogen discrimineren op basis van godsdienst, levensovertuiging, politieke gezindheid, ras, geslacht op welke grond dan ook. Dit strookt niet met de realiteit en de praktijk van alle dag, zoals beschreven in de Initiatiefnota 'Er moet wat gebeuren, dit is menonwaardig, waar sprake is van: stigmatiserende en criminaliserende wetgeving, bijvoorbeeld bedelverboden en het opleggen van onnodige boetes, zoals boetes voor buiten slapen of slapen in een auto' (Beckerman en Westerveld, 2024).

Voor de definitie van dakloosheid, hanteren we de Europese 'European Typology of Homelessness and Housing Exclusion' (ETHOS-Light definitie). FEANTSA, de Europese koepel van nationale opvangfederaties, noemt het hebben van een huis: 'een adequate woning (of ruimte) waarover een persoon en zijn/haar de familie exclusief bezit uitoefent (fysiek domein), de mogelijkheid voor het hebben van privacy en sociale relaties (sociaal domein) en het hebben van een wettelijke titel (wettelijk domein)'. ETHOS classificeert daarom dak- en thuisloze mensen volgens hun levens- of 'thuissituatie' (FEANTSA, 2005). Het hanteren van de ETHOS-light classificatie biedt ook 'zicht op groepen die vaak buiten beeld blijven, omdat zij bijvoorbeeld worden aangemerkt als zelfredzaam of niet rechthebbend. Vaak verblijven zij in andere leefsituaties van dakloosheid zoals bij vrienden, familie of derden of in niet-conventionele woonruimten, zoals een auto, stacaravan, schuur of woning zonder basisvoorzieningen' (Kansfonds, Hogeschool Utrecht, 2024).

2.1.2 Inclusie en ruimte voor 'andersheid'

Het volwaardig deelnemen aan de inclusieve samenleving en regie hebben over je eigen leven, stelt ook Olthof (2024) ter discussie in zijn promotieonderzoek, getiteld 'Hard werken om normaal te zijn'.

Praktijken en illusies van inclusie' (Olthof, 2024). Olthof onderzoekt ervaringen van mensen met een licht verstandelijke beperking (LVB) en de uitdagingen die zij tegenkomen bij hun pogingen om deel te nemen aan de samenleving. Zijn vraag is of inclusie wérkelijk kan worden bereikt. Dit door vooral mensen met een LVB te veranderen, of dat de samenleving zelf ingrijpende veranderingen moet ondergaan. Hij richt zich op de omgevingsfactoren en institutionele barrières die hun participatie in de weg staan. Hij beschrijft hoe deze mensen vaak veel moeite doen om niet op te vallen. En hoe hun inspanningen om *normaal* over te komen hen veel energie kosten, zonder dat dit altijd leidt tot echte inclusie. Olthof pleit voor 'een herziening van het concept inclusie en benadrukt dat het belangrijk is ruimte te bieden voor anders-zijn of andersheid, zoals hij het noemt, 'in plaats van aanpassing aan de norm (Olthof, 2024)'.

2.2 Empowerment

Onderzoeksvraag:

Hoe draagt empowerment bij aan het vergroten van de eigen regie en participatie van cliënten in Beschermd Thuis die thuis in de wijk wonen?

Voor het begrip empowerment hanteren we de definitie van Van Regenmortel (2008): 'Empowerment is een proces van versterking waarbij individuen, organisaties en gemeenschappen greep krijgen op de eigen situatie en hun omgeving en dit via het verwerven van controle, het aanscherpen van kritisch bewustzijn en het stimuleren van participatie' (*Rapport Sociaal in Beweging*, 2022). Waarom inzetten op empowerment, zowel op individueel bij cliënten in Beschermd Thuis als bij (sociaal) professionals? In de inrotestekst van 'de NUK' over de YouTubevideo met Wim Eickholt (2019) 'Als je dakloos bent', wordt treffend over de relevantie geschreven naar aanleiding van een jaar dakloosheid en wat het met je doet, over stigma, empowerment en het nemen van eigen verantwoordelijkheid.

'Wim Eickholt dronk veel. Zoveel dat hij geen geld meer had om de hypotheek van zijn huis te betalen. Hij moest zijn huis uit en kwam in de sleep-inn terecht. De eerste nacht voelde hij zich daar als een zombie en verviel in totale lethargie. Dat hij uiteindelijk met succes afkickte heeft hem op de weg teruggebracht. Wim was een jaar dakloos maar ook nu blijft hij last houden van het stigma van de oud-dakloze. Hoe kom je van de B-weg weer op de hoofdweg? Eickholt merkte dat als ex-dakloze het verleden je blijft achtervolgen. *"Al heb je het leven op de rit, van het stigma van dakloze kom je niet meer af"*. Als ervaringsdeskundige besloot hij het boek *Wat ik nou toch heb meegemaakt!* (2017) te schrijven. Zodat mensen begrip zouden krijgen voor daklozen. Maar ook in de hoop dat daklozen en verslaafden het gingen lezen. *"Want"*, zei hij, *"het ligt ook aan jezelf. Je moet wel de verantwoordelijkheid nemen voor je eigen leven. Het is niet 'ze' zijn tegen mij"* ('Als je dakloos bent' (4), Wim Eickholt, 2019)'.

Empowerment kan zorgen dat (het gevoel van) erkenning, eigenwaarde en zelfvertrouwen groeit en de cliënt in Beschermd Thuis erkenning ervaart. 'Erkenning is de kernwaarde. Alle contact in de hier aan de orde zijnde zorg-, hulp- en dienstverlening zou erop gericht moeten zijn de eigenwaarde en het zelfbeeld te versterken. Het zelfvertrouwen kan men doen groeien door iemand de eigen mogelijkheden te laten ervaren (de betekenis van empowerment) en door te laten merken dat hij of zij ertoe doet' (Kal, 2012).

Deelvragen 1 en 2

1. Hoe draagt de 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) bij op individueel niveau aan het versterken van eigen regie en participatie;
2. Hoe draagt de training 'Skillslab landen in de wijk', gericht op (sociaal) professionals bij aan empowerment op cliëntniveau?

2.2.1 Empowerment en de werking van trainingen

Empowerment wordt behalve in trainingen als de METT, 'Skillslab landen in de wijk' en in begeleiding (h)erkend, het wordt eveneens in toenemende mate herkend in de behandeling van mensen met ernstige psychiatrische problematiek. Sijbrandij ontwikkelde een korte behandeling, geënt op de door de WHO ontwikkelde methode PM+. PM+ staat voor Problem Management Plus. Zij ziet en spreekt van 'een mentale opkikker na korte trainingen door en voor lotgenoten. Na een korte training zijn lotgenoten goed in staat psychische hulp te geven aan vluchtelingen die bijvoorbeeld kampen met angst' (Sijbrandij, 2022). Ook Tjaden et al. (2020) onderschrijven het belang van empowerment in behandeling. 'Empowerment is increasingly recognized as an important objective in the treatment and care for people with SMI' (Tjaden et al. 2020). Tjaden et al. benadrukken de waarde van sociale, gecontextualiseerde interventies in herstelwerk voor mensen met ernstige psychiatrische problematiek. 'Hereby, our study emphasizes the value of social, contextualized interventions in recovery work for people with SMI' (Tjaden et al. 2020).

2.2.2 (Sociaal) professionals in relatie tot empowerment

Wat hebben (sociaal) professionals nodig, mede wanneer het werkveld zich verlegt naar de wijk? 'Het is niet de vraag of hulpverleners empoweren of de-empoweren. Begin bij peersupport en bij het proces van ontmoeting en ontkoppeling. Sluit aan bij deze processen en ga verder waar de identiteit al gevormd is. Er zijn te weinig peersupport omgevingen; juist daar ontstaat meer' (J. Berndsen en M. Kole, persoonlijke communicatie, 15 december 2023).

2.3 Eigen regie

De definitie van 'eigen regie' van Movisie die wordt gehanteerd is:

'Eigen regie betekent dat een persoon, eventueel bijgestaan door naasten, zélf bepaalt wie welke hulpverleent of ondersteuning biedt en op welke manier dit gebeurt' (Movisie, 2017).

- Hoe hebben mensen eigen regie?
- Wat is helpend?

'Mensen wonen eerst in een setting waarin heel veel voor hen geregeld wordt. Zeggenschap over eigen leven is of wordt nagenoeg niet benut of aangeboord. In Beschermd Thuis hebben veel mensen de woning nog niet op eigen naam; de aanbieder is intermediair verhuurder. Budgetbeheer en financiële ondersteuning wordt geboden. Ook schaamte speelt dikwijls een rol. Eigen regie is inzetten op en het versterken van het geloof in eigen kunnen. Het is maatwerk' (T. Den Hertog, persoonlijke communicatie, 31 augustus 2021).

'Zelf de regie hebben over je leven en inspraak over je zorg niet voor iedereen vanzelfsprekend is, laat staan eenvoudig. Bijvoorbeeld als je al een afstand ervaart tot anderen, sociaal contact, werk en in een Beschermd Thuis situatie verblijft. Intramuraal is het eenvoudiger om cliëntondersteuning te bieden. Extramuraal is dit veel lastiger; denk bijvoorbeeld aan mensen die laaggeletterd zijn en moeite hebben om de regie over hun eigen leven te nemen. Zij zijn afhankelijk van waarborgen' (G. Van der Zwaard, persoonlijke communicatie, 2 september 2021).

2.3.1 Eigen regie in relatie tot positieve gezondheid

Huber (2016) ontwikkelde een nieuwe definitie van gezondheid waarbij de nadruk ligt op veerkracht en eigen regie, waardoor mensen zich in hun kracht aangesproken voelen en niet (uitsluitend) als patiënt. 'Voor deze mensen weegt sociale participatie en zingeving minstens zo zwaar' (Actiz, 2016). Haar definitie van gezondheid luidt: 'Gezondheid als het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven'. 'Volgens Huber wordt hierin veel meer de potentie benadrukt om gezond te zijn of te worden, zelfs wanneer er sprake is van ziekte' (Actiz, 2016). In gesprek met over betekenisvolle relaties haalt Berndsen het Instituut Positieve Gezondheid (IPH) aan.

‘Veerkracht en het voeren van eigen regie worden als essentiële aspecten van gezondheid ervaren. De brede scope van ‘Positieve Gezondheid’ biedt handvatten om het over andere dingen te hebben; over relaties; de plek waar je woont, zingeving en meedoen. Er ontstaat een soort taal – het andere gesprek van de sociaal werker die definieert en werkt vanuit deze brede focus. Het doet ook iets tussen hulpverleners onderling’ (J. Berndsen, persoonlijke communicatie, 31 augustus 2021). ‘De focus ligt op wat er wel is (mogelijkheden) en niet op wat ontbreekt’ (Wilken en Den Hollander, 2019). ‘Ryff (2014) heeft veerkracht omschreven als het vermogen om welzijn te handhaven of terug te krijgen in tijden van tegenslag’ (Ryff geciteerd in Wilken en Den Hollander, 2019).

2.3.2 Eigen regie in relatie tot (hervonden) identiteit, zin en betekenis

‘Een fundamenteel aspect van je eigen kracht vinden ligt in wat mensen over zichzelf denken en voelen. De Franse filosoof Ricoeur stelt dat je iemand bent in relatie tot anderen; je staat altijd in verbinding met de ander. Zelfwaardering en zelfrespect zijn nodig om jezelf te kunnen positioneren ten opzichte van die ander. Om jezelf te ervaren als individu en autonoom persoon, moet je een besef hebben van wie je bent. Dat kan alleen als je enig idee hebt van jezelf in relatie tot anderen. Dit begrip ontwikkelen binnen de context van Beschermd Thuis kan lastig zijn, vooral wanneer je voor het eerst je eigen woning hebt’ (M. Kanne, persoonlijke communicatie, 17 mei 2022). Wilken en Den Hollander stellen dat persoonlijke identiteitsvorming altijd plaatsvindt in een wisselwerking tussen persoonlijke eigenschappen, ervaringen en de omgeving (Verhaeghe aangehaald in Wilken en Den Hollander, 2019). Kan je zinvol bestaan zonder de ander? Nee, aldus dichter Antjie Krog (2006) en Buber. ‘Je verbonden voelen met anderen is een belangrijke voedingsbodem voor een zinvol bestaan’ (Krog geciteerd in Wilken en Den Hollander, 2019). En, het ik bestaat volgens filosoof Martin Buber niet op zichzelf, maar bevindt zich altijd in een relatie; dat is de plaats waar zin ontstaat. De mens is niets zonder een ander (Buber geciteerd in Wilken en Den Hollander, 2019). Psychiater De Wachter waarschuwt regelmatig tegen de doorgeschoten individualisering (*ikkigheid*) en benadrukt dat zingeving en psychisch welzijn vooral ontstaan in de verbinding met anderen (De Vries, 2020). Zin en betekenis ontstaan in de relatie met de ander en het andere, met andere woorden.

Een zogenaamde alternatieve persoonlijke biografie kan rechtdoen aan de (of een hervonden) persoonlijke identiteit en eigen kracht (Boevink, 2006). Kroon (2018) schrijft over het construeren van een alternatieve persoonlijke biografie en verwijst daarbij naar Boevink (2006). ‘De hospitalisatieprocessen, en het traumatiserende effect ervan, zijn terug te lezen in vele persoonlijke ervaringsverhalen. Het is daarom niet verwonderlijk dat ervaringsdeskundigen binnen de herstelbeweging tegenwoordig zo veel waarde hechten aan het met elkaar construeren van een alternatieve persoonlijke biografie die recht doet aan de persoonlijke identiteit, krachten en talenten: het herstelverhaal’ (Boevink, 2006). In dit onderzoek naar empowerment, wordt gewerkt met de verhalen van cliënten in beschermd thuis en van de deelnemers aan de ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT). Verbeeldingskracht en het delen van ieders verhaal heeft een prominente plek in de METT.

2.3.3 Eigen regie in relatie tot veiligheid, hechting en vertrouwen

Een rode draad in de interviews met de 19 respondenten in Beschermd Thuis is het gevoel van veiligheid en vertrouwen dat in hun leven dikwijls geschonden is. Waar het gaat over veiligheid in de opvang wijzen Wilken en Den Hollander (2019) erop dat het (ervaren) van gebrek aan veiligheid in de opvang verschillende oorzaken kan hebben. Dit zou komen door het beperkte of afwezige gevoel van controle over de eigen leefomgeving, het feit dat mensen vaak uit een onveilige omgeving komen, en/of door onveilige hechting in de vroege jeugd. Zij benadrukken: ‘In de maatschappelijke opvang is veiligheid een belangrijk aandachtspunt’ (Wilken en Den Hollander, 2019). ‘Identiteitsontwikkeling is het proces waarbij we een stabiel en samenhangend zelfbeeld ontwikkelen. Dit proces wordt sterk beïnvloed door onze vroege hechtingservaringen’ (Van Zutphen, 2024). Ook dat ‘Hechting een basis biedt voor de ontwikkeling van vertrouwen, veiligheid en het vermogen om emotionele relaties aan te gaan’ (Van Zutphen, 2024).

2.3.4 Eigen regie in relatie tot (geld)stress en trauma

Schel (2024) deed promotieonderzoek naar veranderingen en risicofactoren in de periode 5,5 jaar na uitstroom uit de Maatschappelijke Opvang; over de relatie kindermishandeling, huiselijk geweld en dakloosheid; over de werking van ervaringsdeskundigheid in de Maatschappelijke Opvang én over het leven van mensen in langdurige armoede en dakloosheid. Armoede en stress bevorderen het welzijn van mensen in een situatie van sociaaleconomische achterstand niet om hun levensomstandigheden te verbeteren. Sterker, het is een voorspeller van een grote kans op herhaalde dakloosheid (Schel, 2024).

2.4 Participatie

Voor de definitie van participatie wordt de omschrijving van branchevereniging Valente gebruikt: 'Participatie gaat over actief deelnemen aan de samenleving. Dit geldt voor iedereen, ongeacht leeftijd, fysieke of psychische problemen, en ongeacht of iemand in een huis of een opvang woont. Arbeidsparticipatie richt zich op het (her)vinden van een zinvolle daginvulling in de vorm van werk. Dit is met name relevant voor mensen die in een kwetsbare situatie zijn beland, bijvoorbeeld door dakloosheid, psychische problemen, verslaving of huiselijk geweld' (Valente, 2022). Zowel de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) als de Participatiewet (2015) richten zich op participatie, maar het begrip heeft in beide wetten een verschillende betekenis. De Participatiewet is primair gericht op het zo snel mogelijk begeleiden van mensen naar de arbeidsmarkt. De Wmo streeft ernaar om mensen optimaal te laten deelnemen aan de samenleving, bijvoorbeeld via dagbesteding of vrijwilligerswerk. In de Wmo (2015) wordt participatie gedefinieerd als deelnemen aan het maatschappelijk verkeer. Daarnaast staat in het sociaal domein cliëntenparticipatie centraal. Gemeenten zijn verplicht om inwoners, met name cliënten of hun vertegenwoordigers, te betrekken bij de uitvoering van de Wmo en Participatiewet.

Movisie ziet de keerzijde van de participatiewet. 'De participatie van kwetsbare groepen is mislukt', aldus Van Houten (Zorg en Welzijn, 2021). 'Er zijn op dit moment zo'n 1 miljoen mensen die niet kunnen meedoen in de samenleving. Participatie voor deze groep moeten we anders inrichten. Niet door betaald werk het allesoverheersende doel te maken, maar door meerdere vormen van participatie te ontwikkelen. Het gaat om verschillende manieren om mee te doen in de samenleving. Dat kan bijvoorbeeld zijn dagbesteding, vrijwilligerswerk of iets ertussenin: de basisbanen' (Zorg en Welzijn, 2021). Om de bestaanszekerheid te herstellen vragen VNG en Divosa om de Participatiewet fundamenteel te herzien; zij roepen op tot basisbanen (Zorg en Welzijn, 2021).

Gemeente Utrecht zegt over participatie: 'Vanuit de Participatiewet en de Wmo 2015 is het taak voor gemeenten om mensen met een arbeidsbeperking te ondersteunen en duurzaam te begeleiden, dat betreft ook mensen met een psychische aandoening. Van belang is hierbij een integrale en persoons-ondersteunende aanpak. Voldoende aanbod voor ontmoeten, (arbeidsmatige) dagbesteding en vrijwilligerswerk. Specifiek aanbod voor cliënten die niet passen of niet kunnen functioneren in de reguliere voorzieningen voor ontmoeten, (arbeidsmatige) dagbesteding en vrijwilligerswerk' ('Gemeente Utrecht, 2016, *Regionaal veranderplan opvang en beschermd wonen*). Ook bepleit gemeente Utrecht om meer met vrijwilligers en de sociale basis te werken. 'De aanvullende zorg ziet soms onvoldoende de waarde van vrijwilliger of professional uit de sociale basis. Maatje/ vrijwilliger heeft in crisissituaties behoefte aan overleg of meedenken. Vrijwilliger moet serieus genomen worden als belangrijke persoon in het netwerk van de cliënt' (Gemeente Utrecht 2021. *Samenwerking zorg sociale basis*). Dit is bijvoorbeeld waarom de Tussenvoorziening bijvoorbeeld maatjes inzet in de aanvullende zorg.

2.4.1 Werk als katalysator voor participatie

Het Ministerie van VWS (2023) deelt de mening dat werk of een andere vorm van participatie belangrijk is voor het gevoel van zingeving, eigenwaarde en het op termijn weer verkrijgen van een inkomen. 'De basis

op orde op alle leefgebieden, waaronder een zinvolle daginvulling, is van belang bij het voorkomen van dakloosheid én bij herstel' (VWS, 2023).

Succesvolle aanpakken waarbij dakloze mensen worden ondersteund naar werk, zijn bijvoorbeeld Zwolle Actief (2020) en Springplank (geciteerd in Eerst een Thuis, 2023). Het 'Werk eerst principe' wordt gedragen in de visie van Springplank. 'Werk is een katalysator bij het herstel van dakloosheid, omdat het zorgt voor structuur en omdat het perspectief biedt. Deze initiatieven zijn gebaseerd op het idee dat zingeving en het gevoel 'ertoe te doen' cruciaal en nodig zijn voor herstel. Dakloze mensen worden begeleid naar een werkplek, waarbij gemeente, zorgaanbieders en werkgeversorganisaties intensief samenwerken. Goede voorbeelden worden actief gedeeld, daarnaast wordt er vanuit het Programma Sijpelt van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid gewerkt aan het makkelijker maken van de stap van een uitkering naar betaald werk' (Eerst een Thuis, 2023). De missie en visie van Meetellen Utrecht! is dat betekenisvolle participatie bijdraagt bij aan positieve beeldvorming en het tegengaan van stigma. Meetellen Utrecht! is een onderzoeksbureau dat zich richt op en wordt geleid door 'sociaal kwetsbare Utrechters', zoals mensen met psychiatrische problemen, verslavingsproblematiek of dakloosheid. Het bureau doet onderzoek naar betekenisvolle participatie (Meetellen) van deze doelgroep in de stad Utrecht.

2.4.2 Participatie, inclusie en opvang

Uit het onderzoek: 'Empowerment van cliënten en (sociaal) professionals in Beschermd Thuis; over het versterken van eigen regie en participatie; pijlers voor duurzaam wonen in de wijk' (Baas, 2025), blijkt dat de organisaties Lister, het Leger des Heils en de Tussenvoorziening participatie actief participatie bevorderen. Dit doen ze onder andere door mensen met ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid in dienst te nemen. De Tussenvoorziening biedt specifieke functies voor mensen met ervaringskennis, zowel in betaalde als onbetaalde (vrijwillige) rollen. Hoe verhoudt participatie zich tot de opvang? 'Zo bieden organisaties⁴ letterlijk kansen tot inclusie en uitzicht op (betaald) werk voor hun cliënten. En omgekeerd creëren zij voor zichzelf de kans hun (ervaringsdeskundig) werknemersbestand op peil te houden. De aanstelling van ervaringsdeskundigen maakt dat niet alleen externe relaties, maar ook de eigen werknemers in aanraking komen met hoopgevende voorbeelden en verhalen van de doelgroepen. Dat kan leiden tot het afnemen van vooroordelen en van stigmatisering' (Boevink, 2023).

Wat betreft ervaringsdeskundigheid is er 'Binnen alle 24 uren locaties bij de Tussenvoorziening ruimte en behoefte om leerling ondersteunende begeleiders met ervaringsdeskundigheid op te leiden en te laten uitstromen op een reguliere functie als ondersteunend begeleider. Hierbij mag en kan de afgestudeerde leerling zelf bepalen in welke mate en op welke manier de ervaringsdeskundigheid wordt ingezet. Om voor dit leer-/werktraject in aanmerking te komen, moet iemand zelf eigen ervaringen hebben met ernstige langdurige ontwrichtende psychiatrische kwetsbaarheden/verslaving en/of dak- of thuisloosheid en/of sociale en financiële armoede. Belangrijk hierbij is dat iemand zelf voldoende hersteld is om te kunnen werken en leren en reeds beschikt over goede werknemersvaardigheden en de Nederlandse taal machtig is in woord en geschrift' (De Tussenvoorziening, 2020).

Ook Boevink maakt onderscheid tussen mensen met ervaring, mensen met ervaringskennis en mensen die beschikken over ervaringsdeskundigheid. 'Mensen met ontwrichtende ervaringen zoals dakloosheid, ernstige psychiatrische problematiek, geschiedenis van vluchten en migratie of langdurig leven in armoede en sociale uitsluiting beschikken over ervaring. Op het moment dat deze mensen hun eigen ervaringen actief inzetten ten gunste van anderen of in functies, spreken we van ervaringskennis. Mensen die geleerd hebben om hun eigen ervaringen te zien in relatie tot die van anderen en hoe zij die kennis van henzelf en die van anderen functioneel kunnen inzetten in hun werk beschikken over ervaringsdeskundigheid.

⁴ Organisaties voor Maatschappelijke Opvang, Beschermd Wonen en Vrouwenopvang

Zij kunnen actief reflecteren op hun eigen ervaringen en die van anderen, en weten hoe zij die kennis functioneel kunnen maken' (Boevink, 2000).

2.5 (Sociaal) professionals

Deelvraag 2

Hoe draagt de training 'Skillslab landen in de wijk', gericht op (sociaal) professionals bij aan empowerment op cliëntniveau?

Hoe dragen (sociaal) professionals bij aan empowerment? Volgens het nieuwe landelijke opleidingsprofiel⁵ voor de Bachelor Sociaal Werk (Ba-SW) (2025) wordt het concept empowerment binnen het sociaal werk gebruikt als een lens om vragen en situaties te benaderen. Het benadrukt dat methodisch handelen op maat moet zijn en dat de eigen professionele intuïtie van sociaal werkers versterkt moet worden. Volgens dit profiel is het van belang dat (sociaal) professionals kritisch kijken naar de inzet van methodieken, bijvoorbeeld of een bepaalde methode wel geschikt is voor de specifieke situatie, en dat ze een lerende houding aannemen ten aanzien van het aanleren van nieuwe methodieken. Hierbij staat een mensgerichte, aanwezige en empowerende basishouding van de sociaal werker centraal (LOO, 2024). (Sociaal) professionals benaderen vragen en situaties vanuit een empowermentperspectief, waarbij ze een positieve invloed uitoefenen door hun specifieke kenmerken en hun contactuele vaardigheden. Deze vaardigheden zijn bepalend voor het succes van de hulpverlening. (Sociaal) professionals hebben oog voor de unieke eigenschappen van de mensen met wie zij werken en ze sluiten aan bij hun persoonlijke levensdoelen.

2.5.1 Kenmerken empowerende (sociaal) professional

Uit de Regionale quickscan sociaal domein (2021) blijkt dat er veel onderzoeken zijn verschenen die aantonen dat bepaalde kenmerken en contactuele vaardigheden van (sociaal) professionals een positieve invloed hebben op het succes van de hulpverlening. 'Zo concluderen Pijnenburg en van Hattum (2012, p.214): 'kenmerken van hulpverleners blijken een sterkere voorspeller van de uitkomst van hulpverlening dan persoonskenmerken van cliënten'. Ze verwijzen daarvoor naar onderzoek van Wampold (2001) en Wampold & Brown (2005). Niet alleen de competenties van de professional zijn van belang, maar ook de samenwerkingsrelatie tussen cliënt en professional' (Regionale quickscan sociaal domein, 2021).

Volgens de Beroepsvereniging van Professionals in Sociaal Werk (BPSW, 2022) zijn 'sociaal werkers zich bewust van de plaats van mensen binnen kleinere en grotere sociale netwerken, en bevorderen zij dat mensen betekenisvolle relaties kunnen aangaan. Daarnaast hebben ze oog voor de unieke eigenschappen van individuen, sluiten ze aan bij hun persoonlijke levensdoelen en erkennen ze de historische en cultuurspecifieke ervaringen van mensen' (BPSW, 2022). Eveneens stelt de BPSW dat: 'Professionals bevorderen sociale rechtvaardigheid in het algemeen, en in het bijzonder voor de mensen waarmee zij werken. Ze zijn alert op hoe maatschappelijke ontwikkelingen en beleid kunnen leiden tot onrecht en ongelijkheid, en behartigen actief de belangen van mensen. Ze erkennen en waarderen diversiteit en staan op tegen discriminatie. Ze bevorderen dat iedereen gelijke toegang heeft tot informatie, dienstverlening, ondersteuning en hulp. Zo dragen zij bij aan een inclusieve samenleving en sociale rechtvaardigheid en gelijkwaardigheid' (BPSW, 2022). Sociaal Werk Nederland is een pleitbezorger van opbouwwerk, waarbij het mensbeeld van 'de mens en (in) zijn omgeving' centraal staat. *'Sociaal Werk Nederland bepleit het belang van ruimte voor sociaal werkers om ook informeel te kunnen werken, bijvoorbeeld door cliënten te begeleiden naar informele zorg of vrijwilligerswerk. Daarnaast moeten ze de tijd hebben om een kopje koffie met cliënten te drinken en laagdrempelig contact te onderhouden'* (L. Staal, persoonlijke communicatie, 13 november 2023).

⁵ Het opleidingsprofiel is in concept. Het definitieve opleidingsprofiel Bachelor Sociaal Werk wordt in de loop van 2025 gepubliceerd.

2.5.2 Ondermijning empowerende (sociaal) professional

De taken van de (sociaal) professional reiken verder dan de principes van de Beroepsvereniging van en voor de sociaal werker (BPSW) of Sociaal Werk Nederland (SWN). Niet iedereen is overtuigd van de effectiviteit van de principes van de BPSW of Sociaal Werk Nederland. Van der Stel en Van Gool (2020) benadrukken dit door te stellen dat ‘denken over competenties van werkers in de ggz en het sociaal domein goeddeels wordt overgelaten aan beroepsverenigingen en de beroepsopleidingen. De sector bemoeit zich relatief weinig met de curricula en dat wrekt zich direct wanneer er sprake is van structurele veranderingen, personeelstekorten of het streven naar het verwerkelijken van nieuwe visies in de praktijk’ (Van der Stel, et al., 2020).

Daarnaast ligt onder de huidige beleidsmodellen de invloed van marktwerking, wat in sommige gemeenten betekent dat zij hun sociaal werk jaarlijks uitbesteden aan verschillende organisaties. Die organisaties kunnen vervolgens inschrijven op de opdracht, waarbij de partij met het beste bod wint. Dit dwingt organisaties en sociaal werkers om in termen van kosten en baten te denken, en al vooruit te kijken naar de volgende aanbesteding. Gemeente Utrecht hanteert lange gunningstermijnen van 10 jaar, juist om met elkaar te kunnen ontwikkelen. In lijn met *‘Gespleten loyaliteit. Sociaal Werkers in morele nood’* (Kampen, 2024), benadrukt Trappenberg, bijzonder hoogleraar aan de Universiteit voor Humanistiek, dat we ons goed bewust moeten zijn van de context waarin de sociaal werker zijn werk uitvoert. Zij stelt dat sociaal werkers vaak te maken hebben met een keurslijf dat marktwerking heet en dat voorschrijft welke zorg of ondersteuning in een bepaalde situatie moet worden geboden. Zij noemt dat: ‘De huidige beleidstrend in Nederland decentralisatie en integraal werken is. Mooi geformuleerd betekent dit: je kunt als sociaal werker maatwerk leveren, passend bij de buurt of de gemeente waarin je werkt en passend bij de doelgroep waar je mee bezig bent. Je hoeft je bovendien niet te laten hinderen door disciplinaire grenzen: als jouw cliënt psychische problemen heeft, maar daarnaast kampt met schulden en moeilijk opvoedbare kinderen, dan zou je het totaalplaatje in ogenschouw moeten nemen en met de cliënt passende hulp moeten bedenken en organiseren’. ‘Maar onder deze laatste beleidsmode bevindt zich de aardlaag van de marktwerking, die in sommige gemeenten betekent dat zij hun sociaal werk jaarlijks uitzetten bij verschillende organisaties die erop mogen intekenen. Vervolgens sleept de organisatie met het beste bod de opdracht in de wacht. Dat betekent dat organisaties en sociaal werkers ook moeten denken in termen van kosten en baten en de volgende offerte’ (Ham, 2019)

2.5.3 Samenwerken in de wijk

Deelvraag twee over hoe de training ‘Skillslab landen in de wijk’ - gericht op (sociaal) professionals - bijdraagt aan empowerment op cliëntniveau, is niet los te zien van samenwerken in de wijk. Namelijk de training ‘Skillslab landen in de wijk’ kent een sterke netwerk- en samenwerkingscomponent op wijkniveau. Zie hiertoe de verdiepende studie en de literatuurverkenning naar de sociale basis in Utrecht (bijlage 1).

2.6 Resultaten en conclusies literatuurverkenning

De literatuurverkenning richt zich op drie centrale begrippen: empowerment, eigen regie en participatie, en onderzoekt hoe empowerment bijdraagt aan de participatie en eigen regie van cliënten in Beschermd Thuis. Hierbij wordt gekeken naar de invloed van trainingen, zoals ‘Maak je Eigen Thuis’ (METT) en ‘Skillslab landen in de wijk’, op het versterken van empowerment, zowel bij cliënten als bij (sociaal) professionals. Empowerment blijkt belangrijk voor het vergroten van zelfvertrouwen, eigenwaarde en erkenning, wat essentieel is voor de cliënten in Beschermd Thuis. Trainingen als de METT en ‘Skillslab landen in de wijk’ ondersteunen dit proces, waarbij ook het belang van peersupport en ontmoeting wordt benadrukt. Daarnaast wordt het kader van een inclusieve samenleving en samenwerking tussen formele en informele zorg in de wijk besproken. Dit is bevorderlijk voor de eigen regie en participatie. De rol van de Wmo en de Participatiewet komt ook aan bod, waarbij beide wetten verschillende accenten leggen op

participatie: de Wmo richt zich op maatschappelijke participatie, terwijl de Participatiewet vooral gericht is op arbeidsparticipatie. Eigen regie is niet voor iedereen vanzelfsprekend; niet per definitie voor mensen die in Beschermd Thuis wonen. Hier is vaak maatwerk en extra ondersteuning nodig. Gemengd Wonen, Community building en samenwerking in de wijk, onder andere via de ABCD-methode, kunnen helpen om de kracht en capaciteiten van individuen en gemeenschappen beter te benutten.

Uit de literatuurverkenning kunnen een aantal conclusies worden getrokken met betrekking tot de rol van empowerment, eigen regie, participatie voor cliënten in Beschermd Thuis en voor de samenwerking in wijk.

Samenvattend:

- Empowerment is een middel voor participatie en eigen regie en een factor is in het vergroten van zowel participatie als de eigen regie van cliënten in Beschermd Thuis. Het geeft (meer) zelfvertrouwen, erkenning en het gevoel controle te hebben over hun eigen leven;
- Korte op empowerment gerichte trainingen en empowermentgerichte behandelingen kunnen effectief zijn;
- Samenwerking tussen informele zorg en formele zorg biedt een sterke sociale basis voor samenwerking in de wijk, en werkt om eigen regie en participatie te bevorderen. Een *'coalition of the willing'* binnen aandachtswijken kan bijdragen aan het benutten van de krachten van de inwoners en het versterken van hun zelfredzaamheid;
- Inclusie is nog geen gemeengoed. Hoewel er gestreefd wordt naar een inclusieve samenleving, blijkt uit de literatuurverkenning dat volledige inclusie (nog) niet bereikt is. Mensen die proberen zich aan te passen aan de norm ervaren uitputting, zonder daadwerkelijk deel te nemen aan de samenleving. Er is behoefte aan een herziening van het inclusiebegrip waarbij ruimte wordt geboden voor diversiteit en 'anders-zijn';
- Het versterken van eigen regie is een proces dat maatwerk vereist. Een aantal respondenten dat Beschermd Thuis woont, heeft te maken met situaties waarin zij ervaren dat ze weinig zeggenschap hebben, door bijvoorbeeld intermediaire verhuur en budgetbeheer. Daarnaast vraagt het vergroten van eigen regie om een aanpak die praktische en emotionele ondersteuning biedt, en rekening houdt met stigma en afhankelijkheid van hulp;
- Wettelijke kaders hebben een verschillende focus op participatie. De Wmo en de Participatiewet richten zich beide op participatie, maar met verschillende doelen. De Wmo legt de nadruk op maatschappelijke participatie, terwijl de Participatiewet zich richt op arbeidsdeelname. Dit verschil heeft verschillende benaderingen met betrekking tot participatie door cliënten in Beschermd Thuis tot gevolg;
- Gemengd Wonen draagt bij aan het creëren van een ondersteunende community rondom cliënten in Beschermd Thuis;
- Community building heeft een indirect empowerende werking. Samenwerking binnen de sociale basis en het benutten van informele netwerken door een benadering als de Asset-Based Community Development (ABCD) kan bijdragen aan community building en het versterken van sociale netwerken. Dit kan positieve veranderingen teweegbrengen in het vergroten van de eigen regie en participatie van cliënten.

“Lang heeft hij niet geademd,
zoals hij zelf zegt”

3 Onderzoeksmethoden

3.1 Inleiding

Het onderzoek is een kwalitatief, beschrijvend en participatief actieonderzoek, met zowel een praktijk- als actiegerichte insteek. Om de hoofdvraag te beantwoorden over hoe empowerment bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie, zijn verschillende onderzoeksmethoden gecombineerd (mixed methods). Deze aanpak hielp ook om antwoorden te vinden op de deelvragen, zoals in hoeverre trainingen bijdragen aan empowerment op niveau van cliënten in Beschermd Thuis en (sociaal) professionals in de wijk, in relatie tot eigen regie en participatie. Specifiek is onderzocht hoe de training 'Maak je Eigen Thuis' (METT) bijdraagt aan empowerment op individueel niveau, en in hoeverre de training 'Skillslab Thuis in de Wijk', gericht op (sociaal) professionals, bijdraagt aan empowerment van cliënten in (ambulante) begeleiding.

De scope van dit onderzoek is wonen in Beschermd Thuis na uitstroom uit de Maatschappelijke Opvang (MO) en Beschermd Wonen (BW). Een groot deel van de geïnterviewde cliënten in Beschermd Thuis (R1 t/m R19) heeft een periode van dakloosheid meegemaakt. Voor het onderzoek zijn interviews afgenomen, er is een literatuurstudie uitgevoerd en er is participatief deelgenomen aan de twee trainingen. Op basis van tussentijdse terugkoppelingen van de bevindingen, zijn de twee trainingen doorontwikkeld. In totaal zijn 69 interviews afgenomen, waaronder de 19 individuele interviews met cliënten in Beschermd Thuis.

3.2 Onderzoeksbenadering

Kenmerkend voor de onderzoeks aanpak is dat deze participierend, praktijk- en actiegericht is. De aanpak richt zich op het organiseren en ondersteunen van empowerment en eigen regie op individueel niveau in Beschermd Thuis en in de wijk. Cliënten in Beschermd Thuis, woonachtig in Utrecht in Gemengd Wonen voorzieningen, worden gestimuleerd om hun vaardigheden te ontwikkelen, bijvoorbeeld door deelname aan de METT⁶. Wonen in een Gemengd Wonen-complex fungeert op zichzelf als een methodiek, waarbij bewoners hun woon- en samenleefvaardigheden ontwikkelen. Daarnaast wordt ook gewerkt aan de versterking van de competenties van (sociaal) professionals, onder meer via de trainingen 'Start in de Wijk', die later de naam 'Skillslab landen in de wijk' kreeg. Een belangrijk onderdeel van de aanpak is het verzamelen van de ervaringen van cliënten, zowel individueel als in groepsverband, tijdens en na de METT. Dit gebeurt door middel van interviews en het delen van persoonlijke verhalen, waarbij het cliëntnarratief centraal staat. Verhalen van cliënten worden gedeeld met inzet van ervaringsdeskundigen en (sociaal) professionals met ervaringskennis. De belangen en ervaringen van cliënten in Beschermd Thuis vormen een belangrijk onderdeel van deze verhalen. Daarnaast worden ervaringen op wijkniveau, zoals in Kanaleneiland, verzameld om inzicht te krijgen in de bredere context. Door actief de context te beïnvloeden en verbindingen in de wijk te versterken, ontstaan er (nieuwe) mogelijkheden. Dit ondersteunt de bevordering van eigen regie en participatie van cliënten in hun leefomgeving. In de verdiepende studie naar de sociale basis in Utrecht wordt hier nader op ingegaan.

In dit onderzoek gaan onderzoek, beleidsbeïnvloeding en beleidsversterking hand in hand. Gedurende de onderzoeksperiode, mede door de bekendheid van (publieke) presentaties en positieve ervaringen, evenals de resultaten van deelonderzoek A: de evaluatie van de METT (Baas, 2023), werden de trainingen door meerdere gemeenten in de U16-regio ingekocht. De trainingen zijn voortdurend aangepast op basis van leerervaringen en nieuwe inzichten, waarbij de uitvoerende partijen actief betrokken werden. De

⁶ In Gemengd Wonen-projecten wonen mensen die (tijdelijk) begeleiding of ondersteuning ontvangen doelbewust en in georganiseerd verband samen met reguliere huurders in één wooncomplex of buurt. De achtergrond van de mensen die begeleiding ontvangen verschilt per project: er zijn projecten met dakloze mensen, statushouders, mensen met psychische problematiek, mensen met een lichte verstandelijke beperking, ouderen met een (lichte) zorgvraag en mensen die uitstromen uit detentie (Davelaar et al., 2018) in *Eerst een Thuis in regio Utrecht*, HU. (2024).

perspectieven van de deelnemers aan de trainingen, hun sociale netwerk (inclusief de sociale basis), én de betrokken zorgorganisaties werden gebruikt om het beleid te beïnvloeden. Op basis daarvan zijn rode draden geïdentificeerd en geanalyseerd. De opbrengsten werden gedurende de looptijd van het onderzoek – via het delen van de tussentijdse bevindingen - ingezet voor beleidsversterking, de empowerment van betrokken deelnemers en de verdere ontwikkeling van de trainingen.

De onderzoeksbenadering omvat ook elementen van inclusief onderzoek, waaronder:

- Partnerschap in de samenwerking;
- De mogelijkheid om mee te denken op het proces en de doorontwikkeling van de trainingen;
- Toegang tot onderzoeksvragen, rapportages en uitkomsten;
- Het waarborgen dat de onderzoeksresultaten de belangen van ervaringsdeskundigen dienen. (Vrij naar Walmsley & Johnson, 2003 in Sergeant, 2021).



A family of overlapping approaches, Nind, 2014, p. 10. Design @René Krewinkel

De argumenten die Sergeant (2021) aanvoert voor het toepassen van inclusief onderzoek kunnen worden gespiegeld aan dit onderzoek. Allereerst verhoogt het de relevantie van ervaringskennis, waarbij ervaringskennis, professionele kennis en wetenschappelijke kennis elkaar aanvullen. Dit zijn inhoudelijke argumenten. Daarnaast zijn er normatieve argumenten voor mij om te kiezen voor een inclusieve onderzoeksbenadering, zoals het recht op invloed, medezeggenschap en het hebben van een stem. Deze aanpak heeft ook positieve effecten op beleidsvorming, innovatie en evaluatie. Tot slot spelen instrumentele argumenten een rol: inclusief onderzoek vergroot het draagvlak en het biedt een grotere kans op succesvolle implementatie van de bevindingen (Sergeant, 2021).

3.3 Populatie en steekproef

Om de hoofd- en deelvragen te kunnen beantwoorden, is het perspectief van de cliënt in Beschermd Thuis in kaart gebracht, c.q. de deelnemers aan de METT, over wat zij willen en/ of nodig hebben om hun zelfregie te versterken en volwaardig te participeren. Vooraf is vastgesteld dat deelnemers en niet-deelnemers aan de METT, deel uitmaken van de populatie en selectie van representatieve respondenten van cliënten in Beschermd Thuis. Deelnemers aan de training 'Skillslab landen in de wijk', facilitators, (sociaal) professionals en stakeholders uit de sociale basis van de gemeente Utrecht zijn eveneens opgenomen in de onderzoekspopulatie.

Het onderzoek heeft een looptijd van twee jaar gehad - van de periode van eind 2022 tot en met eind 2024 - waardoor er een brede variëteit aan respondenten kon worden betrokken. In totaal werd een groep van 19 cliënten gevolgd die wonen in Beschermd Thuis bij opvangorganisaties Lister, de Tussenvoorziening en het Leger des Heils in Utrecht. Allen zijn dakloos geweest en stroomden uit de Maatschappelijke Opvang (MO) en Beschermd Verblijf (BW) naar Beschermd Thuis, met de bedoeling na twee jaar door te stromen naar zelfstandig wonen, al dan niet met ambulante begeleiding. Uit de 19 cliënten c.q. geïnterviewde respondenten werd een groep van negen cliënten gevolgd, afkomstig uit Beschermd Thuis-voorzieningen

als Tango, Amerhof, De Schipper en Mix-It, die de 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) gevolgd heeft⁷. Het betreft een kleine steekproef-grootte ten behoeve van de diepgang in de gegevens. De 19 geïnterviewde respondenten ontvingen een interviewvergoeding. De respondenten zijn zowel direct als indirect via de facilitators of anderszins – telefonisch en per email – benaderd. Met hen is gecommuniceerd over het onderzoeksproces, de verwachtingen en de ethische aspecten ervan, zoals vertrouwelijkheid en vrijwillige deelname. Ten aanzien van de respondenten en (sociaal) professionals die beroepsmatig met de trainingen en/ of Beschermd Thuis en Thuis in je wijk van doen hebben, zijn in totaal 50 respondenten geïnterviewd. Een overzicht van de geïnterviewde respondenten:

- 13 interviews met stakeholders en (sociaal) professionals in het kader van het verkennend onderzoek (2022);
- 19 interviews met cliënten in Beschermd Thuis die (deels) de 'Maak je Eigen Thuis Training' volgden (2023-2024), aangeduid als 'R1 t/m R19';
- 37 interviews met (sociaal) professionals (2023-2024).

Het onderzoek is uitgevoerd volgens de 'richtlijn onderzoek' van Lister en is akkoord bevonden door het bestuur van Lister, van de Tussenvoorziening, het Leger des Heils en getoetst door de ethische commissie van Hogeschool Utrecht.

3.4 Betrouwbaarheid en validiteit

Om de betrouwbaarheid van het onderzoek te garanderen, is er op basis van de literatuurverkenning en de onderzoeksvragen een vragenlijst opgesteld. Door gebruik te maken van semigestructureerde interviews en de structuur van de vragenlijst te volgen, zijn de onderzoeksvragen op een zo betrouwbare en valide mogelijke manier afgenomen. De verschillende resultaten – al naar gelang de diversiteit in aanbod Beschermd Thuis – worden geborgd door een nauwe samenwerking met de groep Beschermd Thuis in Tango, Mix-It, Buur, de Amerhof, de Schipper, de Tussenvoorziening Bolsbeek⁸ en de Tussenvoorziening Lunetten.

3.5 Data-analyse

In totaal zijn er 69 interviews gehouden, waaronder 19 interviews met cliënten in Beschermd Thuis. Deze interviews zijn afgenomen met toestemming van de respondenten, aangeduid als 'R1 t/m R19'. Alle 69 deelnemers hebben het uitgewerkte interview met hen ontvangen en van feedback (kunnen) voorzien. Aan de hand van een thematische analyse en het toekennen van codes aan alle interviewverslagen is het toekennen van de codes vervolgens in een aantal rondes gedaan, met gebruik van 'kwaliteitskleuren' om voorlopig te groeperen (Verhoeven, N. 2023). Alle interviews zijn open gecodeerd en relevante zinsdelen zijn aangeduid. Vervolgens zijn de codes gegroepeerd in patronen en thema's. Doel van de thematische analyse is: 'om het verhaal van de verzamelde gegevens te vertellen'. 'Je geeft betekenis aan je materiaal door de relevante kernbegrippen naar voren te halen en het patroon (het verhaal) zichtbaar te maken' (Verhoeven, N. 2023).

⁷ Het beoogde aantal te interviewen respondenten in Beschermd Thuis was 20; één potentiële respondent die zich had aangemeld voor een interview reageerde niet meer.

⁸ Bolsbeek is Beschermd Verblijf

“Stoppen met overleven, leren voelen”

4 Theoretisch kader

4.1 Perspectieven en theoretische invalshoeken

Dit participatief actieonderzoek wordt geïnspireerd door meerdere theoretische invalshoeken, waaronder de empowerment van de deelnemer aan de METT, de cliënt in beschermd thuis en empowerment door de professional. Deze benaderingen en theoretische kaders zijn gebruikt om te analyseren hoe empowerment van zowel de cliënt in Beschermd Thuis als de (sociaal) professional bijdraagt aan het vergroten van eigen regie en participatie, via het trainingsaanbod 'Maak je Eigen Thuis' (METT), het 'Skillslab Landen in de wijk' en in de dagelijkse praktijk van wonen in Beschermd Thuis. De verschillende perspectieven en benaderingen, waaronder het expliciet belichten van bepaalde waarden, worden verder toegelicht. Daarnaast is het onderzoek (onvermijdelijk) uitgevoerd vanuit een mensenrechtenperspectief, met nadruk op het recht op huisvesting en het recht op participatie.

4.2 Empowerment als behandelwijze; denk- en handelingskader voor sociaal werk en als meetbaar concept

4.2.1 Empowermentprincipes

Volgens Van Regenmortel is empowerment verbonden met een mensenrechten- en sociaal rechtvaardigheidsperspectief en moet het vanuit die invalshoek worden bevorderd (Van Regenmortel, 2022). Zij gebruikt de term 'empowermentprincipes' en ontwikkelt de zogenaamde 'empowermentbloem', waarin de werkingsprincipes van empowerment worden weergegeven. Deze principes dienen als richtlijnen voor de praktijk, ook wel 'principles shape practice' genoemd. Centraal hierin staat de combinatie van versterkend en verbindend werken (Van Regenmortel, 2015 in Van Regenmortel, 2022).

4.2.2 Empowerment en behandeling psychiatrische problematiek

Empowerment speelt ook een belangrijke rol bij de behandeling van mensen met ernstige psychiatrische problematiek en wordt steeds meer erkend als een essentieel doel in de zorg voor mensen met ernstige psychiatrische aandoeningen (EPA). Tjaden et al. (2020) toonden aan dat gehechtheid een consistente voorspeller is van empowerment bij mensen met EPA. Veel mensen met EPA zijn onveilig gehecht, wat hen belemmert in het vertrouwen in zowel anderen als zichzelf. Haar studie benadrukt de waarde van sociale interventies in herstelwerk. 'In line with attachment theory, it might be important that those in a patient's social environment all develop alternative coping strategies to adjust interpersonal attachment safety. It then follows that to achieve sustainable alterations in empowerment the focus of treatment should be broadened towards system changes. Hereby, our study emphasizes the value of social, contextualized interventions in recovery work for people with SMI' (Tjaden et al., 2020).

4.2.3 Nederlandse Empowerment Lijst (NEL)

In 2016 werd de Nederlandse Empowerment Lijst (NEL) ontwikkeld om empowerment te meten. (Boevink, et al., 2016). Vrij vertaald bestaat deze 'zelfrapportage-vragenlijst' uit 40 items die zijn gebaseerd op een narratieve, kwalitatieve analyse van het herstelproces van mensen met EPA. De NEL bevat zes categorieën: sociale steun; professionele hulp; verbondenheid; vertrouwen en doel; zelfmanagement en zorgzame gemeenschap. Samenhang van de categorieën en vragen levert resultaat op. Als voorbeeld: 'A sample item from the 'confidence and purpose' scale is 'I decide how I control my life' (Boevink et al., 2016). In de NEL hangen zogezegd de vragen met elkaar samen; worden dezelfde aspecten van empowerment gemeten en het levert vergelijkbare resultaten op. Én tot slot, de NEL stelt in staat om onderscheid te maken tussen empowerment en andere, niet-gerelateerde concepten. 'The NEL displayed good internal consistency, moderate convergent validity, and good discriminant validity' (Boevink et al., 2016).

4.3 Mensenrechtenperspectieven

4.3.1 Mensenrechtenperspectief en de Beroepscode

Aan de Beroepscode voor professionals in sociaal werk (BPSW, 2021) ligt een mensenrechten-perspectief ten grondslag. 'Professionals sluiten met hun beroepscode aan bij fundamentele mensen- en kinderrechten, zoals beschreven in internationale verdragen en de Grondwet. Professionals bevorderen sociale rechtvaardigheid in het algemeen, en in het bijzonder voor de mensen waarmee zij werken. Ze zijn alert op hoe maatschappelijke ontwikkelingen en beleid kunnen leiden tot onrecht en ongelijkheid, en behartigen actief de belangen van mensen' (BPSW, 2021). Cardol (2022) voegt daaraan toe – uitgaande dat sociale professionals niet om het recht heen kunnen: 'Mensenrechten bieden een belangrijk moreel houvast en fungeren als een kader voor het sociaal werk' (Cardol, 2022).

4.3.2 Mensenrechtenperspectief en sociale rechtvaardigheid

Van Regenmortel benadrukt dat, vanuit een mensenrechten- en sociale rechtvaardigheidsperspectief, onder andere sociale cohesie en empowerment worden bevorderd, wat in de context van dit onderzoek relevant is. In haar rede (2022) schrijft ze 'Sociaal werk is een praktijk-gebaseerd beroep en een academische discipline die sociale verandering en ontwikkeling, sociale cohesie, empowerment en bevrijding van mensen bevordert. Principes van sociale rechtvaardigheid, mensenrechten, collectieve verantwoordelijkheid en respect voor diversiteit staan centraal in sociaal werk' (Van Regenmortel, 2022), Bouwen aan een wetenschappelijke basis voor sociaal werk. Onderzoek dat ertoe doet!). Daarbij is 'empowerment als centraal denk- en handelingskader voor sociaal werk' (Van Regenmortel, 2022).

4.3.3 Mensenrechtenperspectief en huisvesting

Het recht op huisvesting past naadloos in het mensenrechtenperspectief. Het biedt een kader én het past in een kader om dakloosheid aan te voorkomen te beëindigen. Huisvesting is een fundamenteel mensenrecht. Ook de Raad Volksgezondheid & Samenleving (RVS) pleit voor een herwaardering van het recht op huisvesting. 'Het hebben of behouden van een eigen plek om te wonen zou bij iedere hulpvraag omtrent (dreigende) dakloosheid de norm moeten zijn (RVS, 2020)'.

Het College voor de rechten van de mens stelt in *Het recht op behoorlijke huisvesting in Nederland*, dat 'een mensenrechtelijke benadering van huisvesting helpt om het recht op huisvesting voor iedereen te verwezenlijken' (College voor de rechten van de mens, 2017). Ze onderschrijven het als volgt: 'Het tekort aan betaalbare en passende woningen neemt niet af. Hieronder lijden jongeren, vrouwen, mensen met een beperking, mensen in armoede en mensen die uitstromen uit een (jeugd)opvang. Het aantal mensen dat dakloos is groeit (College voor de rechten van de mens, 2018)'.

Lisbon declaration on combatting homelessness

'Europese regeringen, instituten en maatschappelijke organisaties hebben op 21 juni 2021 in Lissabon het 'European Platform on Combatting Homelessness' gelanceerd. Vertegenwoordigers van de 27 EU-landen ondertekenden daartoe de 'Lisbon [Declaration](#) on Combatting Homelessness', een verklaring om dakloosheid te bestrijden. In de verklaring staan ambitieuze doelen opgenomen. Zo spreken de EU-lidstaten af dat in 2030 niemand meer onvrijwillig op straat mag slapen omdat er geen veilige opvang is. Het verblijf in opvanghuizen moet zo kort als mogelijk duren. Dakloze mensen die een zorginstelling, detentie of ziekenhuis verlaten moeten een aanbod van passende huisvesting krijgen. Huisuitzettingen moeten te allen tijde voorkomen worden en niemand mag uit huis gezet worden zonder dat er een alternatief onderdak wordt geboden' (Valente, 2021). Zie ook Huber et al. (2022).

Mensenrechtenperspectief en participatie

Kroon stelt dat 'Mensen met psychische problemen zouden, net als ieder andere burger, zo veel mogelijk in staat gesteld moeten worden om in de samenleving te wonen, werken en sociale contacten te hebben,

conform het VN-verdrag over gelijke rechten van mensen met een handicap'. (Kroon, 2018). Het Verdrag voor mensen met een handicap gaat in beginsel over het recht om mee te doen (General Comment No. 7, 2018) 'On the participation of persons with disabilities, including children with disabilities, through their representative organizations, in the implementation and monitoring of the Convention' (General Comment No. 7, 2018). Het biedt een kader en een referentiepunt om te beoordelen waar in de cliënt in Beschermd Thuis staat op het gebied van participatie. Ook in hoeverre het wordt ondersteund in het licht van het VN-verdrag inzake gelijke rechten voor mensen met een handicap. Met andere woorden het recht op participatie is vertaald van mensenrechten naar cliëntenrechten. Ten aanzien van denken in termen van gelijke rechten stelt Kroon: 'Een belangrijk motief voor de-institutionalisering is het denken in termen van gelijke rechten van mensen met een handicap: waarom zouden we hen van onze samenleving uitsluiten en stigmatiseren? Net als anderen hebben zij het recht om zelf keuzes te maken over hun leven, met wie ze omgaan en waar ze willen wonen' (Kroon, 2018).

4.4 Participatie

4.4.1 Participatie en cliëntperspectief

Hoe ervaren cliënten in Beschermd Thuis zélf de beweging van opvang naar wonen; het moeten hebben of nemen van meer regie en (nog meer) mee moeten doen? Wat is ondersteunend hierbij? Voelen zij dat ze op hun eigen manier en naar eigen inzicht hun leven kunnen vormgeven? Is er sprake van spanning op dit vlak? En slaagt Beschermd Thuis erin hen te begeleiden naar een nieuwe realiteit, waarin de verantwoordelijkheid steeds meer bij hen ligt om zelf hulp te organiseren? Het VN-Verdrag stelt als algemene verplichting dat ervaringsdeskundigen betrokken moeten worden bij de ontwikkeling en uitvoering van beleid (artikel 4, derde lid). Het uitgangspunt van het VN-Verdrag is dan ook: 'niets over ons, zonder ons' (Adviespunt VN-verdrag Handicap, 2025).

4.4.2 Het CLEAR-model in relatie tot participatie

Participatie van cliënten in Beschermd Thuis, in het kader van dit onderzoek, is op verschillende manieren te organiseren. Het CLEAR-model kan hierbij ondersteunen. Het CLEAR-model van Lowndes en Pratchett (2006) is een model hiertoe dat effectieve zeggenschap en participatie op individueel niveau stimuleert.

CLEAR is een acroniem van de eerste letters van relevante factoren:

- Can do: Bronnen en kennis hebben om te participeren
- Like to: Gevoel van verbondenheid dat participatie versterkt
- Enabled to: De mogelijkheid hebben om te participeren.
- Asked to: Een podium hebben; gevraagd worden door (officiële) instanties of initiatieven in de wijk.⁹
- Responded to: Zien en ervaren dat jouw kennis meegewogen wordt.

4.4.3 Participatieve besluitvorming

Participatieve besluitvorming betekent dat alle betrokkenen inspraak hebben en dat hun bijdrage daadwerkelijk invloed heeft op de besluitvorming, en niet slechts symbolisch is. Deze theorie richt zich op het actief betrekken van relevante belanghebbenden bij besluitvormingsprocessen binnen organisaties of de samenleving. De onderliggende aanname is dat de kwaliteit van besluiten toeneemt wanneer de mensen die door de besluiten worden geraakt, daadwerkelijk invloed kunnen uitoefenen op de uitkomst.

⁹ 'Participeren zonder podium of het hebben van een platform om slechts je verhaal te doen, komt veelal niet van de grond of zet niets in beweging' (J. De Vries, persoonlijke communicatie, 27 augustus 2021).

4.5 Waarden centraal

4.5.1 Waarden centraal in de beweging naar Beschermd Thuis

In het licht van de impact van de rapporten van Phrenos 'Over de Brug' in 2014 en van de Adviescommissie Toekomst Beschermd Wonen in 2015, die het tijdperk verder inluiden van de ambulantisering van Beschermd Wonen, Maatschappelijke Opvang en de ggz, zien we ook dat het werken aan bepaalde waarden werd aangezet. Of zoals hieronder weergegeven, in een 'nieuwe kijk' in het advies van de Commissie Toekomst. Neem bijvoorbeeld de waarden verantwoordelijkheid, respect, gelijkheid en vrijheid. Deze zijn vertakt en vertaald naar het vergroten en bevorderen van *eigen* verantwoordelijkheid en regie van cliënten; in meer respect voor menselijke waardigheid en bovenal menselijke autonomie. Vrijheid zou door de participatiesamenleving toenemend bevorderd worden. 'De participatiesamenleving zou de vrijheid van burgers bevorderen (rechts), het maatschappelijk middenveld versterken en mensen meer naar elkaar doen omzien (midden) en burgers zouden geprikkeld worden om meer verantwoordelijkheid te nemen voor de noden om hen heen (links)' (Koepel Gepensioneerden, 2015).

In het 'Kernpunten advies Commissie Toekomst beschermd wonen' (VNG, 2015) wordt deze zogenaamde 'nieuwe kijk' weergegeven vanuit de herstelgedachte én het perspectief van de hulpvrager en naastbetrokkenen. In dit advies van de Commissie Toekomst Beschermd Wonen, staat deze nieuwe benadering op psychisch lijden en gezondheid centraal. Mensen met een psychische kwetsbaarheid zijn burgers, ze maken deel uit van de samenleving. In de zorg komt meer nadruk op variatie, aanpassing, veerkracht en regie van hulpvragers. De herstelgedachte is daarbij leidend. De omslag naar (meer) zelfstandig wonen vereist dat cliënten zich ervan bewust worden dat ze zelf vorm kunnen geven aan hun leven en de ondersteuning die daarbij nodig is. Dat betekent bijvoorbeeld dat actief wordt ingezet op cliëntinitiatieven; dat alle ondersteuning wordt geleverd vanuit de principes van herstelgerichte zorg en dat er structureel gewerkt wordt met ervaringsdeskundigen. Het perspectief van de hulpvrager en naastbetrokkenen is het uitgangspunt bij het herinrichten van de zorg. Aanbieders worden onderdeel van de gemeenschap rond de individuele zorgvrager en zijn omgeving. Zorg en ondersteuning worden georganiseerd op het niveau van wijken en regio's. Hiervoor is - waar nodig - langdurige begeleiding met een flexibele intensiteit beschikbaar' (VNG, 2015, Kernpunten advies Commissie Toekomst beschermd wonen).

4.6 Benadering Positieve Gezondheid

Eén van de perspectieven in dit onderzoek naar de relatie empowerment en participatie en het vergroten van de eigen regie, is de benadering van positieve gezondheid. Positieve gezondheid gaat uit van wat mensen wél kunnen in plaats van naar wat zij níet (meer) kunnen. Er wordt gestreefd naar herstel en uitgaan van het zelf omgaan met beperkingen. Huber definieert positieve gezondheid als: 'Het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, in het licht van sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven' (Huber e.a., 2011; Huber e.a., 2016 in Wilken en Den Hollander, 2019).

4.7 Betekenisvol leven

Er zijn verschillende visies en theorieën over wat een betekenisvol leven inhoudt en hoe dit kan worden bereikt. Een bekende benadering is de 'positieve psychologie', die zich richt op het bevorderen van welzijn, geluk en het vinden van betekenis in het leven. Dit sluit aan bij de hierboven beschreven benadering van positieve gezondheid. Het is belangrijk te realiseren dat wat voor de ene persoon werkt, niet noodzakelijk effectief is voor een ander. De theorieën die als kader gehanteerd zijn voor een betekenisvol leven en die gebruikt zijn voor de analyse van het METT-programma (zie ook de analyse van het METT), zijn:

- De logotherapie, ontwikkeld door Viktor Frankl, die het belang benadrukt van het vinden van betekenis in het leven. Volgens Frankl kunnen mensen zelfs in de meest moeilijke omstandigheden geluk en betekenis ervaren als ze een doel hebben om voor te leven (Baas, 2023);
- De zelfdeterminatietheorie, ontwikkeld door Edward Deci en Richard Ryan, die stelt dat mensen het gelukkigst zijn wanneer ze autonomie, competentie en verbondenheid ervaren. 'Autonomie verwijst naar het gevoel controle te hebben over je eigen leven; competentie verwijst naar het gevoel dat je de vaardigheden hebt om zaken succesvol aan te pakken; en verbondenheid verwijst naar het gevoel van verbondenheid met anderen' (Wilken en Den Hollander, 2019).

4.8 Erkenning, identiteitsvorming, hechting en veiligheid

Voor het onderzoek naar empowerment en het vergroten van eigen regie en participatie, onder andere door middel van de trainingen, zijn de eveneens relevante theorieën over erkenning en identiteitsvorming van belang. 'De Duitse filosoof Axel Honneth (1985) heeft een theorie van erkenning ontwikkeld. Hij noemt drie vormen van erkenning: liefde, respect en solidariteit' (Wilken, Den Hollander, 2019). 'Erkenning is een fundamentele menselijke behoefte, die in zorgsituaties al snel ondergesneeuwd raakt. Het begrip erkenning is nauw verbonden met identiteit en autonomie' (Wilken en Den Hollander, 2019).

4.8.1 Hechting en veiligheid

'Zelfvertrouwen ontstaat doordat je kunt vertrouwen op anderen. In de ontwikkelingspsychologie is uitgebreid aangetoond dat een gezonde hechting in de eerste levensjaren een belangrijke basis vormt voor het ontwikkelen van identiteit en autonomie als volwassene' (Wilken, Den Hollander, 2019). Zich hechten heeft ook betekenis voor minder nauwe banden. 'Als relaties op het niveau van de lokale gemeenschap stevig zijn, voelen mensen een hechte band en zich verbondenheid met plaatsen (bijvoorbeeld de buurt) en organisaties (bijvoorbeeld vrijwilligersorganisaties en religieuze organisaties)' (Wilken en Den Hollander, 2019).

4.9 Netwerk, netwerkversterking en netwerksamenwerking

In dit onderzoek is netwerkversterking gericht op het versterken van de cliënt in Beschermd Thuis en zijn netwerk.

4.9.1 Netwerkversterking met behulp van de Resource group method

Kroon, (2018) in 'Verbinden via de resourcegroep' verwijst naar promotieonderzoek van Tjaden (2020). In deze aanpak wordt de cliënt gevraagd wie belangrijke steunbronnen zijn om tegemoet te komen aan wat hij of zij in het leven wil veranderen of bereiken. Dat zijn vaak hulpverleners van het FACT-team en naastbetrokkenen, maar het kan ook gaan om professionals van andere voorzieningen. De resourcegroep komt regelmatig bijeen om de voortgang te bespreken. De cliënt wordt ondersteund om in dit proces de regie te behouden (Kroon, 2018).

In haar studie (2020) beschrijft Tjaden et al. dat werken volgens de resource group-methode inhoudt dat herstel te zien is als een sociaal proces, dat zich afspeelt in relatie tot de sociale omgeving en het dagelijks leven van de persoon. En dat het hierbij wezenlijk is om de behoeften van belangrijke naasten te erkennen en deze te integreren in zorg en behandeling. 'Working according to the resource group method involves that the person's recovery work becomes a social process that takes place in relation to the social environment and everyday life in which it is important to acknowledge and integrate the needs of significant others in treatment and care. This study provides a first step toward a multidimensional comprehension of the resource group method, the working mechanisms and its influence on recovery for people with severe mental illness' (Tjaden, C.D. et al. (2020). In (Leeman, 2020).

4.9.2 Netwerksamenwerking in de wijk

In dit onderzoek is netwerksamenwerking gericht op versterking van onderlinge samenwerking in de wijk en over de domeinen heen (Sociale Vraagstukken, 2024).



“De oude versie van zichzelf kende hij goed,
maar de ‘nieuwe’ nog niet”

5 Participatief onderzoek Maak je Eigen Thuis Training (METT) ¹⁰

‘De METT benadert het gevoel, de identiteit en de eigen kracht’ (R18, 24 februari 2023)

5.1 Inleiding

In gesprek met een medewerker van de gemeente Utrecht, medio 2022, afdeling maatschappelijke ontwikkeling en team ‘Meedoen naar Vermogen’, blijkt dat er veel georganiseerd en geïnvesteerd wordt in sociale inclusie in de wijk. Ook dat er (maatwerk) voorzieningen zijn om participatie en inclusie (in de wijk) te bevorderen. Desalniettemin had gemeente Utrecht de indruk dat deze voorzieningen niet ten volle benut werden. Er was weinig zicht op of de mensen die uitstromen, respectievelijk al uitgestroomd waren naar Beschermd Thuis vanuit Beschermd Wonen en de Maatschappelijke Opvang, duurzaam uitgestroomd waren en wat daarvoor nodig was. Ondanks Boesveldt’s langlopende onderzoek van 2019 t/m 2023 (Boesveldt, 2023) naar herhaalde dakloosheid in regio Utrecht, gebeurt dit alsnog. Dit onderzoek bracht risicofactoren in kaart, zoals negatieve jeugdervaringen, verslaving en een beperkt sociaal netwerk. Tegelijkertijd werden beschermende factoren zichtbaar, zoals stabiele huisvesting, voortdurende begeleiding en het opbouwen van nieuwe sociale relaties. De inzichten uit dit onderzoek vormden mede de basis voor de ontwikkeling van het programma ‘Thuis in je Wijk’, dat zich richt op het ondersteunen van inwoners bij het opbouwen van een sociaal netwerk en het creëren van een gevoel van thuis in hun leefomgeving. Zie ook de verdiepende studie naar de sociale basis in Utrecht waarin het programma Thuis in je Wijk nader omschreven wordt (bijlage 1). Dit gesprek medio 2022 leidde tot contact met de facilitators en ontwikkelaars van de METT van de Tussenvoorziening, Lister (Lister Academie) en in een latere fase met het Leger des Heils. Op basis daarvan is de onderzoeksopdracht geformuleerd door de opdrachtgevers Lister, de Tussenvoorziening en het Leger des Heils, gericht op het onderzoeken van de bijdrage van de METT aan duurzame uitstroom en participatie. Daarnaast is onderzocht of de training als empowerend wordt ervaren door de deelnemers, de facilitators/ ontwikkelaars en (sociaal) professionals.

5.1.1 Wat is de METT?

De ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT) is een zorgvuldig geëvalueerde, doorontwikkelde en verankerde training voor cliënten in Beschermd Thuis; voor mensen na een (lange) periode van opname, als detox en crisis bijvoorbeeld en voor mensen die zich maar niet thuis (kunnen) voelen in hun eigen huis. Bijvoorbeeld door een (lange) periode van dakloosheid en/ of gevoel van onveiligheid. De METT wordt gegeven door facilitators, waaronder ervaringsdeskundige facilitators. De training combineert theorie met praktische oefeningen en richt zich op het versterken van identiteit, eigen kracht, samenleven in de wijk en actief deelnemen aan de samenleving. Door de training over zes bijeenkomsten te spreiden, wordt een diepgaander en geleidelijk leer- en bewustwordingsproces gestimuleerd ‘op diverse leefgebieden en wat je wensen zijn voor de toekomst. Dit traject is bedoeld voor dakloze mensen die opnieuw gaan wonen en is gericht op op het voorkomen van herhaalde dakloosheid. Per training zijn er 6 tot 8 deelnemers’ (Valente, 2025) *Receptenboek Wonen Eerst*).¹¹

5.2 Historie van de METT

‘De METT is ontstaan vanuit het Schakelpunt en wordt nu zo’n twee jaar aangeboden. Het Schakelpunt was een werkgroep vanuit Lister, de Tussenvoorziening, Doen en Laten en het Leger des Heils, die op zijn beurt voortkwam uit de regiegroep ‘Voorkomen herhaalde dakloosheid’. Het Schakelpunt had zich ten doel gesteld om met hulp van ervaringsdeskundigen vraag en aanbod bij elkaar te brengen op het gebied van het sociaal domein en personen die uit zouden gaan stromen uit de MO/BW of in een omklapconstructie zaten. Uiteindelijk bleek dit lastig te organiseren waardoor is ingezet op een training waarbij deze verbinding

¹⁰ Hoofdstuk 5 is een ingekorte versie van het onderzoek naar ‘Empowerment van cliënten en sociaal professionals in Beschermd Thuis; over het versterken van eigen regie en participatie; pijlers voor duurzaam wonen in de wijk’ (Baas, 2025).

¹¹ Bijlage 4.

wordt gemaakt. Inmiddels is de METT door de Tussenvoorziening, Lister en het Leger des Heils zo'n 6 keer aangeboden' (Projectplan METT Utrecht West, 2023).

5.3 Resultaten van de METT

Hieronder staan de resultaten van twee jaar METT in 2022 en 2023 van de Tussenvoorziening, deels uitgevoerd samen met Lister. Het overzicht toont het aantal METT's en de aantallen aanwezige deelnemers. Het totale bereik is groter dankzij de eenmalige pop-up sessies die ook zijn georganiseerd. Sommige deelnemers van deze pop-ups stromen later door naar de volledige METT. Het blijkt een uitdaging om alle deelnemers van de volledige METT bij de terugkombijeenkomsten aanwezig te krijgen. Het aantal uitgereikte certificaten kan in principe ook lager zijn dan het totale aantal deelnemers, omdat niet alle deelnemers alle aangeboden bijeenkomsten hebben bijgewoond. Onder de deelnemers bevinden zich soms ook medewerkers met ervaringsdeskundigheid of potentiële facilitators. In die gevallen worden er soms geen certificaten uitgereikt, bijvoorbeeld wanneer iemand meeloopt om te observeren.

5.3.1 Resultaten van de METT in 2022

2022 was deels nog een try-out jaar, waarbij aan de tweede try-out is meegedaan door de onderzoeker. Deze tweede try-out werd samen met Lister uitgevoerd, waarbij in totaal 5 deelnemers aan de METT meededen. Er zouden oorspronkelijk 7 deelnemers meedoen, maar 2 zijn niet gestart. Voor de eerste twee bijeenkomsten is nog contact gezocht met de 'afhakers' via app, telefoon en e-mail. *'Het was prettig om een professional van het Buurteam erbij te hebben. Hierdoor ontstond er meer afwisseling in input en konden de zwaardere onderwerpen gecombineerd worden met lichtere bijdragen, wat de dynamiek verrijkte. Twee deelnemers kwamen (pas) voor het eerst tijdens de tweede bijeenkomst, en bovendien te laat omdat ze de locatie moeilijk konden vinden of problemen hadden met de planning. Eén van hen bleef structureel te laat komen en miste zelfs de laatste bijeenkomst, ondanks dat hij onderweg zou zijn naar de training. De redenen voor afwezigheid waren vaak legitiem, zoals werk, ziekte, net verhuisd of geen interesse. Het aantal deelnemers per bijeenkomst was: 3, 5, 2, 4, 3. Van de vijf deelnemers kwam er één iedere keer, één vier keer, twee deelnemers drie keer en één deelnemer slechts twee keer. Ook mensen die minder vaak aanwezig waren, hadden baat kunnen hebben bij de bijeenkomsten. Na deze try-out is een splitsing gemaakt tussen de doelgroep van Lister en die van de maatschappelijke opvang. In oktober en november 2022 werd de training uitgevoerd door de Tussenvoorziening. Aantal deelnemers was 6; 6 certificaten zijn uitgereikt. Aan de terugkombijeenkomst deden 3 deelnemers mee'* (METT-facilitator, persoonlijke communicatie, 19 oktober 2023).

5.3.2 Aantal deelnemers aan de METT - Tussenvoorziening in 2023

De aantallen van de deelnemers aan de METT door de Tussenvoorziening in 2023 laten het volgende zien:

In het eerste halfjaar van 2023:

Aanwezigheid bij 3 pop-ups en 2,5 METT: 27 deelnemers

Aanwezigheid alleen bij de 2,5 METT: 15 deelnemers

Aanwezigheid bij 2 terugkomdagen: 5 deelnemers

In het tweede halfjaar van 2023:

Aanwezigheid bij 2 pop-ups en 1 METT: 11 deelnemers

Aanwezigheid alleen bij 1 METT: 4 deelnemers

Aanwezigheid bij 1 terugkomdag: 3 deelnemers

Totaal 2023:

Totale aanwezigheid bij trainingen/pop-ups: 38 deelnemers

Aanwezigheid alleen bij de 3,5 METT: 19 deelnemers

Totale aanwezigheid bij terugkombijeenkomsten: 8 deelnemers

(METT-facilitator, de Tussenvoorziening)

5.4 Conclusies en aanbevelingen METT-deel A, 2022 en 2023¹²

5.4.1 Korte weergave van de conclusie(s) deel A

- Er is sprake van een kloof tussen opvang en zelfstandig wonen;
- Deelnemers, facilitators/ ontwikkelaars en (sociaal) professionals zien punten voor verbetering op gebied van herstelgericht werken;
- Terugval speelt een grote rol; je bent 'best' kwetsbaar;
- In de context van de METT is de training 'Skillslab landen in de wijk' een sterke aanvulling voor (sociaal) professionals;
- De METT werkt van onbewust onbekwaam naar onbewust bekwaam. Mede door bewustwording lukt het de deelnemers de kern van zichzelf te raken. De oefeningen zijn hierop gericht, wat op de korte termijn positieve gezondheid, individuele empowerment en participatie bevordert;
- De METT genereert een toename van kennis en het leren en/ of versterken van vaardigheden in de praktijk;
- De feedback van deelnemers aan de METT impliceert dat zij de training als waardevol hebben ervaren en denken dat de training hen heeft geholpen¹³.

5.4.2 Korte weergave van aanbevelingen gericht op de training en deelnemers van de training deel A

- Start nog in de opvang met de METT; in het voorstadium met andere woorden;
- Op gebied van herstelgericht werken is er een wereld te winnen;

¹² Medio 2023 zijn de bevindingen van deel A opgeleverd. Bijlage 2 (Baas, 2023).

¹³ Vervolg: de tweede ronde interviews – eind 2023/ begin 2024 - gaat in op het duurzaam effect van de METT'.

- Maak halverwege de METT een korte tussenbalans op: bekijk waar je staat en gebruik alvast de opbrengsten. Vervolgens nagaan of aanpassingen in de training nodig zijn en per groep maatwerk bieden.
- (Meer) inspelen op waar je staat in je herstel;
- Empoweren van de deelnemers: hoe ben jij met je hulpverlening in gesprek?
- Meer aandacht voor stigma¹⁴
- Hoe kan je thuis met stilte omgaan?
- Juist ook (sociaal) professionals aan de training deel laten nemen; voor het gevoel hoe het is om deelnemer te zijn en elkaar te begrijpen;
- Laat (sociaal) professionals ook deelnemen aan de training 'Skillslab landen in de wijk'¹⁵.
- 'Het zou goed zijn voor elke professional om mee te doen als deelnemer aan de METT, om zich echt in de leefwereld van de cliënt te verplaatsen. Het gesprek dat de professional daarop aangaat, gaat niet over goed of fout. De professional verleidt om hem/ haar zijn verhaal te laten doen en leerervaringen op te doen' (Baas, (2023). Quote uit een interview met één van de deelnemers van de 'Maak je Eigen Thuis Training', METT, deel A).

5.5 Vervolgonderzoek METT: deel B, 2024

Begin 2024 werd de opdracht gegeven om het onderzoek te verbreden. De conclusies en aanbevelingen van de METT (2023) vormden de basis voor het vervolgonderzoek, waarbij de volgende vragen centraal stonden:

- In hoeverre heeft de METT een blijvend effect?
- Kan de METT breder worden geïmplementeerd?
- Is opschaling van de METT in de regio Utrecht/U16 mogelijk?
- En zou de METT eventueel landelijk uitgerold kunnen worden?

5.5.1 Doel vervolgonderzoek METT

Het doel van het vervolgonderzoek is om te komen tot een geëvalueerde, doorontwikkelde en geborgde training 'Maak je Eigen Thuis' (METT), specifiek gericht op cliënten in Beschermd Wonen, Maatschappelijke Opvang en Beschermd Thuis. Daarnaast is het doel het ontwikkelen en borgen van de geëvalueerde en doorontwikkelde 'Maak je Eigen Thuis Training' METT. Gevolgd door het opstellen van een leeragenda in samenwerking met het Kennisplatform Utrecht Sociaal (kUS), waarbij diverse stakeholders worden betrokken, zoals cliënten, aanbieders van Maatschappelijke Opvang en Beschermd Thuis, individueel begeleiders, beleidsadviseurs, en onderzoekers en docenten van Hogeschool Utrecht. Eveneens zullen er inspiratiesessies op verschillende niveaus gehouden worden voor cliënten in Beschermd Thuis, ervaringsdeskundigen, (sociaal) professionals, onderzoekers en (lectoraten van) Hogescholen.

¹⁴ Dit kan ook naast de METT in het voortraject van de VOIZ-academie.

¹⁵ De oorspronkelijke informatie over de training 'Start in de Wijk' zegt: voor professionals is er een gezamenlijke scholing voor hulpverleners Maatschappelijke Opvang, Beschermd Wonen en Buurtteams. De training wordt ingezet op bewustzijnsvergroting bij professionals over het belang van empowerment en op het versterken van het sociaal en ondersteunend netwerk en de manier waarop je hieraan als professional kunt bijdragen. De kern van de training voor professionals is het faciliteren van richting geven aan wat cliënten zelf kunnen en willen. De training gaat ook over samenwerking met de buurtteams. In 2024 is de training 'Start in de Wijk' 'Skillslab landen in de wijk' gaan heten.

5.5.2 Verwachte resultaten en effecten vervolgonderzoek METT

- Kennis van participatie, empowerment en van het bevorderen eigen regie in Beschermd Thuis;
- Op maat gemaakte trainingen voor (sociaal) professionals in de U16 en voor cliënten in Beschermd Thuis;
- Getoetste bevindingen en gecreëerd draagvlak voor productontwikkeling voor cliënten en professionals;
- Bevindingen gedeeld met zorgpartijen; gemeenten en andere belanghebbenden regio Utrecht; de Initiatiegroep Beschermd Thuis; het Kennisplatform Utrecht Sociaal (kUS); het onderzoekers-netwerk dakloosheid; en worden de bevindingen aangereikt in de afstudeerkring 'Beëindigen Dakloosheid' van Hogeschool Utrecht.

5.5.3 Verloop volgonderzoek METT, deel B: 2024

In het vervolgonderzoek naar de bruikbaarheid, de effectiviteit en de opschaalbaarheid van de METT¹⁶; hebben de drie opdrachtgevers Lister, De Tussenvoorziening en het Leger des Heils, gefaciliteerd in de werving van de respondenten. Niet alle geworven respondenten hebben de METT gevolgd. Toeleiding naar de METT, ondanks meerdere pogingen, lukte niet altijd om redenen dat ze er niet aan toe waren of net verhuisd waren. In de uitwerking van de interviews met de respondenten; in de citaten en in de thematische analyse, zijn de interviews gebruikt van respondenten die mee hebben gedaan of anderszins betrokken zijn bij de METT. In de opzet van deel A (2023) van het onderzoek zijn 5 deelnemers van de METT; facilitators en andere betrokkenen geïnterviewd. In deel B zijn 3 deelnemers die de METT in 2024 gevolgd hebben geïnterviewd. Van de 8 geïnterviewde deelnemers zijn 2 deelnemers 2 keer geïnterviewd. Een potentiële 4^e respondent was helaas niet bereikbaar. De 17 respondenten zijn in totaal 19 x geïnterviewd; ofwel thuis (17x), op het werk (2x) ofwel in hun wijk geïnterviewd (1x). Hierbij een overzicht van de Beschermd Thuis wooncomplexen van de 19 geïnterviewde cliënten in Beschermd Thuis verspreid over Utrecht stad, Leidsche Rijn, Rivierenwijk, Dichterswijk, Lunetten en Zuilen.

<u>Tango</u>	<u>Mix-It</u>	<u>BolsBeek</u> (Beschermd Verblijf)	<u>TV¹⁷- Lunetten</u>	<u>Amerhof</u>	<u>Buur</u>	<u>De Schipper</u>	<u>Lister Leidsche Rijn</u>	<u>Leger des Heils Zuilen</u>
x	x	x	x (2x)	x	x	x	x	x
x				x	x			x
x								x
x								
x (2x)								

Tabel: Overzicht deelnemers METT woonachtig in Beschermd Thuis eind 2022, 2023 en 2024

Onder de respondenten woonachtig in Beschermd Thuis in Utrecht die de METT gevolgd hebben, woont een deel in Gemengd Wonen wooncomplexen, waaronder Tango, Mix-It, Buur, Amerhof en de Schipper. Alle in totaal 19 geïnterviewde respondenten (R1 t/m R19) zijn dak- of thuisloos geweest. De term 'dak- of thuisloos' wordt expliciet op verzoek van de respondenten gebruikt. Het merendeel voelt of voelde zich (nog steeds) thuisloos.

5.6 Interviews en ervaringen METT

Interviews en vragenlijsten

Er is gewerkt met semigestructureerde interviews met open vragen. De vragen houden in de kern verband met de definitie van gezondheid van Huber (2016): 'Het vermogen om zich aan te passen en een eigen regie

¹⁶ Het vervolgonderzoek naar de METT in 2024 wordt aangeduid met deel B.

¹⁷ Tussenvoorziening

te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven'. In deze interviews worden de respondenten bevraagd over hun ervaringen met de METT, acceptatie en inclusie en de impact ervan op hun herstelproces, eigen regie en participatie. Er kwamen vragen aan bod als mentaal welbevinden, zingeving, (betekenisvolle) relaties, sociaal-maatschappelijk functioneren, kwaliteit van leven en ervaren welbevinden. Daarnaast wordt er gesproken over wonen, het gevoel van thuis in de buurt en wat de respondenten nodig hebben – ook van hun begeleider – om hun leven naar eigen wens vorm te geven. Daarbij wordt ook onderzocht welke vaardigheden een 'goede' begeleider zou moeten hebben. Deze ervaringen en de zogeheten 'herstelontwikkelingen' zijn met gevalideerde vragenlijsten in kaart gebracht. Tijdens de interviews hebben respondenten, waaronder (niet)-deelnemers, facilitators en (sociaal) professionals, de ruimte om hun verhaal te doen over verschillende aspecten van de METT, mede in relatie tot hun eigen dagelijks leven. Er werden weinig vragen gesteld; de vragen die gesteld werden gingen dieper in op METT-gerelateerde thema's zoals meedoen in de maatschappij en het ervaren van regie over het eigen leven. De vragenlijst is getest door twee ervaringsdeskundigen die als eerste geïnterviewd werden, wonen in Beschermd Thuis en deelnamen aan de 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT).

5.6.1 Clustering thema's uit de interviews METT

5.6.1.1 Opbouw METT

Zes deelnemers delen hieronder hun ervaringen met de opbouw van de METT. Hun reacties zijn overwegend positief en gaan over uiteenlopende thema's, zoals het vergroten van kennis over eenzaamheid, het durven zetten van stappen in de eigen wijk, het verkrijgen van inzicht in wie zich in welke cirkel van het netwerk van de deelnemers bevindt en in welke richting zij zich verder willen ontwikkelen.

- R3 spreekt zich uit over de oefeningen, waaronder de 'netwerkcirkel'. Deze oefening is gericht op bewustwording en helpt deelnemers te ontdekken wie zich in hun netwerk bevinden; welke krachten ze nog missen en wat hun wensen hierin zijn voor de toekomst. Dit is ook belangrijk voor deelnemers met PTSS, die bijvoorbeeld moeten weten hoe ze hun huisarts en reguliere hulpverlening kunnen benaderen. Het doel van de terugkomdag¹⁸ was niet aan alle deelnemers helder, vooral omdat de training al was afgerond met een certificaat. Oefeningen zoals hulpvragen (durven) stellen hadden beter aan het begin van de trainingscyclus kunnen plaatsvinden, als een soort startpunt of nulmeting. Ten aanzien van de zogenaamde 'Hulpvraag-flowchart-sleutelhangers', *'deze sleutelhangers bieden een overzicht over hoe je hulpvragen kunt stellen, deze zouden effectiever zijn geweest als ze al bij aanvang van de trainingscyclus waren uitgedeeld'*. De oefening over 'drie soorten eenzaamheid'; in deze oefening leest de groep samen een bijlage over verschillende vormen van eenzaamheid. Iedereen leest een stukje voor, waarna de deelnemers worden gevraagd waarin ze zichzelf herkennen. Bij de deelnemers is deze oefening sterk blijven hangen en werd als zeer waardevol ervaren. *'Het maakte een diepe indruk'*. De oefening 'jij in je nieuwe omgeving' (in de wijk); voor sommige deelnemers was deze oefening eenvoudig, bijvoorbeeld als ze al een favoriete plek in de wijk hadden, zoals R3 zelf. *'Maar, het nemen van stappen zoals een buurtcafé binnenstappen of bij de burens aankloppen was lastiger, omdat dit minder bij hen paste. De checklist van de wijk-oefening bleek wel zeer nuttig'* (R3).
- R1 over de oefening met de hand waarbij je jezelf voorstelt aan de hand van je hand. Je maakt een omtrek van je hand en stelt per vinger de volgende vragen over de duim: wat gaat er goed? Over de wijsvinger: waar richt ik mij op? Over de middelvinger: waar heb ik een hekel aan? Wat vind ik lastig? Over de ringvinger: waar ben ik trouw aan? En over de pink: waar wil ik nog in groeien? Daarna vertel je aan de groep wat er bij iedere vinger staat en steek je iedere vinger duidelijk op. R1 vond deze oefening waardevol vanwege de herkenning en de symboliek van de handlijnen. Ook de netwerkcirkel maakte indruk op R1. Zijn netwerk is klein, maar goed. Familie symboliseert voor hem waar hij vandaan komt en waar hij naar toe gaat. Hij heeft regelmatig contact met zijn moeder en kan haar altijd bellen.

¹⁸ In 2025 is gestart om de terugkomdag na 3 weken i.p.v. na 6 weken te houden. Deelnemers staan dan meer open voor bij ze hulp kunnen vragen en het willen starten met activering of participatie anderszins.

Het contact met zijn broer, zus en stiefvader is aanwezig, maar niet heel diepgaand; iedereen gaat zijn eigen weg (R1).

- R3 benoemt dat ze bewust en onbewust verschillende inzichten meeneemt. Over hoe je je woning inricht en het belang van thuiskomen en opladen in je eigen huis. De METT helpt haar om helder te krijgen wat ze precies wil. Ze leerde haar woonwensen kennen, ook al kon ze ze niet direct realiseren. Er is aandacht voor mensen die (nog) geen concrete ideeën of dromen hebben over hun woonplek. Het helpt haar om het moeilijke en onzekere concreet en tastbaar te maken en het gaf haar het inzicht dat je je leven weer kunt opbouwen. Ze leerde dat je aan je toekomst kunt werken. Ook dat je anderen kunt ondersteunen met jouw opgedane inzichten. Door de METT en haar vrijwilligerswerk voelt ze zich vrijer en meer ontspannen. Ze heeft geleerd dat je mag erkennen dat het goed met je gaat; dat ze trots mag zijn op zichzelf en bovenal dat je er mag zijn. Ze leerde om gevoelens en successen te benoemen en te voelen. Eveneens over hoe om te gaan met stigma en hoe je aansluiting vindt met anderen.
- R11 (en R14¹⁹) begon in januari 2023 met de METT onder begeleiding van een facilitator en een ervaringsdeskundige facilitator. De METT heeft hem *'persoonlijk niet veel opgeleverd'*, omdat hij al een eigen huis gehad heeft en op het punt stond naar een nieuwe woning te verhuizen. Hij was altijd zelfstandig geweest. Na afloop van de training heeft de Tussenvoorziening hem doorverwezen naar Tango, waar hij begeleiding kreeg van een begeleider en een activerend begeleider (AB). Tijdens het tweede interview op 7 juni 2024 werd hem nog een keer gevraagd naar zijn ervaring met de METT. Hij zag de training vooral als een voorbereiding op de toekomst, vergelijkbaar met een opfriscursus. Hij gaf aan blij te zijn dat de training bestaat en waardeerde het dat hij er nieuwe mensen heeft ontmoet. De oefening met de foto's maakte de meeste indruk op hem; het denken aan de foto gaf hem een goed gevoel.
- R.12 (en R16²⁰) noemt dat de METT hem handvatten gaf en mogelijkheden voor sociale interactie bood. Ook binnen de NOIZ heeft hij veel nieuwe contacten gelegd.

5.6.1.2 Meerwaarde METT

Vier deelnemers over de meerwaarde van de METT, variërend van het wegnemen van stigma; het bevorderen van zelfacceptatie; het vergroten van zelfbewustzijn en het ontdekken en herkennen van je eigen hulpbronnen.

- R1 geeft aan dat de METT bijdraagt aan het wegnemen van stigma en het bevorderen van zelfacceptatie. Het stigma rondom dakloosheid heeft hem lang het gevoel gegeven dat mensen aan hem konden zien dat hij ooit dakloos was, *'alsof het op mijn voorhoofd geschreven stond'*. Om hiermee om te gaan, heeft hij online gezocht naar manieren om dit gevoel te verwerken. Op het gebied van acceptatie leerde hij dat het oké is om je soms minder te voelen, en dat het normaal is om mindere dagen te hebben. Dit inzicht hielp hem om die momenten te accepteren en zichzelf meer ruimte te geven.
- R19 vindt dat voor de één de METT meerwaarde heeft; maar voor de ander niet. De METT bracht hem het besef van een eigen huis en van de eigen omgeving. Ook merkte hij dat echt contact maken niet makkelijk is. Wat hij goed vindt is dat je je bewust bent van hoe het is om een winkel in te stappen bijvoorbeeld. Hij heeft het idee dat mensen denken dat er een Bulgaar binnenstapt. Bij de slager is iedereen buitenlander en is iedereen gelijk; dat doet hem goed. Het maken van een moodboard deed hem eveneens goed. Dat geldt ook voor oefeningen waarbij je bewust bent van wie je bent en wat je wilt. *'Je cocon gaat open, dat is stimulerend'*.

¹⁹ Deze respondent is twee keer gesproken.

²⁰ Deze respondent is eveneens twee keer gesproken.

- R1 ging voorheen naar de Wijkwerkplaats Wij3.0. op zoek naar groepscohesie. In de METT heeft hij geleerd over het belang van reflecteren waar je staat in je herstelproces. Hoe mooi het is om als groep hecht te zijn geworden; dat herstel een voortdurende reis is en nooit echt af is; maar ook dat iemands verhaal soms bij hem *'helaas cynische'* gevoelens kan oproepen. Dat je nieuwe mensen kunt ontmoeten en nieuwe connecties kunt vormen en eveneens een sterker gevoel van weerstand hebt tegen agressie en intimidatie²¹ (R1, 2 januari 2023).
- R18 vindt het waardevol hoe de METT helpt bij het ontdekken en herkennen van je eigen hulpbronnen, en bij het leggen van contact met je omgeving, zoals je burens. Hij waardeert vooral de creatieve elementen, waaronder het gebruik van moodboards en visionboards, om betekenis te geven aan ervaringen en aan de toekomst. Ook de pantoum-vorm spreekt hem aan, omdat hij hierdoor beter inzicht krijgt in zichzelf en in welke fase van herstel hij zit, wat hij beschouwt als de kern van het proces. Een andere belangrijke oefening voor hem was de 'netwerkcirkel'. De 'netwerkcirkel' maakte hem bewust van hoe 'klein' zijn netwerk oorspronkelijk was, waarbij hij voornamelijk collega's als onderdeel van zijn netwerk zag. In het begin had hij geen sociaal vangnet, maar nu zijn zijn collega's zijn vrienden geworden. Zijn familie maakt geen deel uit van de eerste of tweede ring in zijn netwerk. *'Anders'*, zegt hij, *'was ik niet dakloos geworden'*. Hij is nu voorzichtig bezig om het contact met zijn neefje en pleegmoeder weer op te bouwen. Hij benadrukt dat je, na teleurstellingen, vooral op jezelf leert te vertrouwen.

5.6.1.3 Ervaren tekortkomingen en verbeterpunten van de METT

Twee deelnemers van de METT ervaren een aantal tekortkoming en noemen verbeterpunten.

- R19 geeft aan dat de groep vol moest, waardoor het leek alsof deelnemers willekeurig werden gevraagd: *'Heb jij zin om aan de METT mee te doen?'* Hierdoor zaten er mensen in de groep die al meerdere onderdelen van de METT hadden gevolgd²² en soms te veel praatten. Dit gaf hem het gevoel van een *'klucht'*. Hij miste het gevoel van *'echt zijn'* of *'er echt zijn'*. Zelf is hij iemand die eerst de kat uit de boom kijkt, en hij zag vooral focus op *'proces'*, wat voor hem niet altijd effectief was (R19, 25 oktober 2024).
- R18 heeft zelf de METT gevolgd en noemt enkele verbeterpunten specifiek voor de begeleiding, de (sociaal) professionals. Er zou meer aandacht moeten zijn voor praktische zaken, zoals het regelen van een gasaansluiting of de inschrijving bij Woningnet. De voorbereiding op zelfstandig wonen moet grondiger en beter. Het hele traject zou vanaf dag één aandacht moeten besteden aan de uitstroom, in plaats van dit vrijblijvend te laten. Individueel begeleiders zeggen vaak dat bepaalde cliënten er nog niet klaar voor zijn, wat volgens hem een belemmering kan zijn. Medewerkers en begeleiders zouden zelf ook de METT moeten volgen om het proces beter te begrijpen. Ook is er een vervolprogramma nodig om de ondersteuning na afloop van de METT te waarborgen.

5.6.1.4 Activerend begeleiders over het effect van de METT

De activerend begeleiders noemen zichtbare effecten van de METT als verbeterde contacten met burens en in de wijk. Zij zien het aangaan van sociale interacties in bredere zin. Eveneens noemen ze vergroting van zelfinzicht en bewustwording van de eigen rol van de cliënten en de persoonlijke ruimte die zij hebben. De METT helpt bij het kennen van mensen uit je omgeving; cliënten en deelnemers zeggen elkaar gedag, *'waarbij het in Gemengd Wonen gebruikelijk is dat iedereen elkaar begroet'*. Zij willen graag de METT gebruiken in hun werk, door bijvoorbeeld een spel uit de METT te spelen, waarbij je tijdens het spel leert luisteren naar de behoeften van anderen. Over het algemeen zien zij bewustwording van eigen kracht en kwetsbaarheid; ruimte voor zelfreflectie; het (durven) delen en horen van ervaringen van anderen. En zij ervaren door de deelname aan de METT een versterking van de relatie met VOIZ-academie en NOIZ en de positieve effecten hiervan (Activerend begeleiders, 30 oktober 2024)

²¹ Dit laatste maakt overigens geen onderdeel uit van de METT

²² Mogelijk haalt deze respondent onderdelen uit het voortraject van de VOIZ-academie aan

5.6.1.5 Respondenten over de METT, Gemengd Wonen en verbinding met de wijk

De geïnterviewde cliënten in Tango in Leidsche Rijn zijn deels uitgestroomd uit Majella²³ en deels ingestroomd vanuit de Buurteams, de NOIZ, de dag- en nachtopvang (DNO) of de Maatschappelijke Opvang (MO) anderszins. De helft van de cliënten van Tango is ingestroomd via de reguliere woningmarkt (sociale huur). De instromers via de Tussenvoorziening kregen aanvankelijk drie jaar en sinds eind 2024 2,5 jaar begeleiding van een begeleidingsteam dat kantoor hield binnen het wooncomplex. Zie hiervoor ook de verdiepende studie naar de sociale basis in Utrecht (bijlage 1).

5.7 Deelname aan de METT vanuit de Tussenvoorziening, in 2024

Eerste halfjaar 2024:

Aanwezigheid bij 2 pop-ups en 1 METT 18 deelnemers

Aanwezigheid bij alleen de METT: 6 deelnemers

Aanwezigheid bij 1 terugkomdag: 6 deelnemers

Uitgereikte certificaten: 6

Tweede halfjaar 2024:

Geen pop-ups georganiseerd

Aanwezigheid bij 2 METT: 14 deelnemers

Aanwezigheid bij 2 terugkomdagen: 5 deelnemers

Uitgereikte certificaten: 8

Totaal 2024:

Totale aanwezigheid bij trainingen/pop-ups: 38 deelnemers

Aanwezigheid bij alleen de 3 METT: 20 deelnemers

Totale aanwezigheid bij terugkombijeenkomsten: 11 deelnemers

Uitgereikte certificaten: 14 (METT-facilitator, de Tussenvoorziening)

5.8 Evaluatie METT 2024:

De METT is geëvalueerd met een evaluatieformulier en specifiek geëvalueerd vanuit facilitatorsperspectief. Ook is input over de evaluatie van de training opgehaald in een bijeenkomst 'Thuis in je wijk'²⁴ en er is gekeken naar de regionale uitrol van de METT.

5.8.1 Evaluatie van de METT door de Tussenvoorziening, 2024

De evaluatie van de METT door de facilitators zelf biedt verschillende aanknopingspunten voor doorontwikkeling van de METT. 'METT 2', ook wel deel B, voor cliënten Beschermd Thuis in Gemengd Wonen Leidsche Rijn, is gegeven aan vijf deelnemers van Tango en Buur, inclusief één deelnemer van Lister Buur. De facilitator heeft deze training alleen gegeven; de voorkeur van de facilitators is om de training met twee facilitators te geven. Uit de evaluatie blijkt dat de duur van de training wat te lang was voor mensen met ADHD, hoewel anderen de lengte juist wél goed vonden. Deze groep wilde vooral kennismaken met nieuwe burens; uitwisseling en leren kennen stond centraal. Omdat het dit keer een andere groep was, kon de facilitator dieper ingaan op het hebben van een buur; op hoe het is om zelf een buur te helpen en op de activiteiten in de wijk Leidsche Rijn. Hierdoor kon de facilitator meer de diepte in. Een deelnemer haakte af. Hoewel het een verplicht onderdeel is, was zij niet geïnteresseerd in 'knip- en plakwerk', had zij weinig met de groep; 'met de types' en had zij geen band met Lister Buur. Het ging verder goed met haar; zij wilde liever niet terugkijken naar het verleden.

²³ Majella wonen

²⁴ De bijeenkomst 'Thuis in je wijk' vond plaats op 3 september 2024.

5.8.2 Vragenlijst evaluatieformulier

De vragenlijsten worden gebruikt om de training met de ontwikkelaars te bespreken en bij te stellen. Het bevat de volgende vragen:

- Wat vind je van de training in het geheel?
- Wat heb je eraan gehad?
- Waar wil je nu mee verder gaan?
- Welke oefeningen of onderwerpen spreken jou aan?
- Waren er opdrachten die je lastig vond?
- Zo ja, wat vond je lastig?
- Waren er onderdelen die je niet belangrijk vond?
- Hoe was de afwisseling tussen ervaringen uitwisselen in de groep en zelf opdrachten maken?
- Wat vind je van de duur van de bijeenkomst van 13.00 tot 16.00 (plus een half uur inloop)?
- Hoe gaven de facilitators de training?
- Wat beviel en wat kon anders?

5.8.3 Bijeenkomst 'Thuis in je wijk' in relatie tot de METT

Uit de bijeenkomst 'Thuis in je wijk' op 3 september 2024 kwamen eveneens belangrijke punten naar voren over de METT. Onder andere dat de drempel om deel te nemen aan de training vrij hoog lijkt te zijn. Ondanks de krachtige samenwerking tussen de facilitators van het Leger des Heils en Lister bij 'Hart van Noord' in Kanaleneiland en een brede uitrol, kwamen er nauwelijks deelnemers. Bij BUUR worden de trainingen 's avonds gehouden en werd er geopperd om met ambassadeurs te werken om de METT te promoten. Een belangrijke vraag die nog openstaat, is wie de facilitators voor de METT gaat/ gaan leveren. Het is een cliëntgerichte training, maar er is nog onzekerheid om bepaalde zaken te veranderen. De training is opgezet vanuit het Schakelpunt in samenwerking met Doen & Laten, Leger des Heils, de Tussenvoorziening en Lister. Het Schakelpunt speelt ook een rol in het versterkings- en bewustwordingsproces van de cliënten in Beschermd Thuis. Dit roept ook de vraag op hoe je de METT kan inpassen in de 'cliëntreis' en op welk moment de training bespreekbaar moet worden gemaakt. De onderliggende vraag is of je geland bent in je eigen huis en omgeving? Ten aanzien van de inhoud van de METT, illustreert een deelnemer van de training dat hij pas later in de training beseftte dat hij zich niet fijn voelde in zijn nieuwe huis. Dit kan aanleiding zijn om onderwerpen uit de METT herhaaldelijk en op verschillende momenten bespreekbaar te maken. Ook is aangegeven dat het goed is om de METT niet alleen te laten draaien om praktische zaken zoals het huishouden.

5.8.4 Evaluatie implementatie werkwijze METT

'Het is belangrijk om behalve met een facilitator te werken, om ook met een ervaringsdeskundige co-facilitator te werken. De co-facilitator is iemand met trainersvaardigheden en ervaringsdeskundigheid. Dit levert een match op met de facilitator en met de deelnemers van de METT. Het inwerken vraagt aandacht. Soms is er sprake van ziekte waardoor de facilitator de training alleen gaf. Een nieuwe facilitator met trainingsvaardigheden moet eerst nog meelopen; het inwerken van nieuwe facilitators moet in balans blijven in verhouding tot het aantal deelnemers. Drie nieuwe facilitators op één METT-groep kán uit balans zijn. Ten aanzien van de deelnemers zelf zien we dat wanneer deelnemers tijdens de training verhuizen naar een nieuwe woning, ze soms afhaken. Deelnemers die in mei verhuisden, konden een maand later de training wel aan, mits hun woning al op orde was. Een mix van mensen uit de opvang en begeleid wonen kan waardevolle uitwisseling opleveren' (METT-facilitator, persoonlijke communicatie, 22 augustus 2024). Bij de laatste training heeft de facilitator echter iemand uit de opvang niet opgenomen, omdat zij liever een groep wilde die volledig uit Gemengd Wonen kwam. Dat maakte het mogelijk om dieper op de specifieke materie in te gaan.

De METT-facilitator van de Tussenvoorziening noemt: *‘we overwegen om de bewustwordingsgesprekken²⁵ opnieuw binnen de Tussenvoorziening in te voeren. Deze gesprekken kunnen voor of na de training plaatsvinden, afhankelijk van de beschikbaarheid van de facilitators. Tijdens de intake zou de METT als een vast onderdeel genoemd moeten worden, maar intakegevers geven aan dat ze hier weinig tijd voor hebben tijdens het intakegesprek. Dit wordt nog verder uitgewerkt. Het kan nuttig zijn om twijfelende cliënten een gesprek te laten voeren met een ervaringsdeskundige facilitator, iets wat we soms al doen. Een andere optie is het aanbieden van eenmalige pop-up sessies voor mensen die geen volledige training willen volgen. Dit gebeurt nog niet structureel door tijdgebrek. Begeleiders zouden na afloop van de training het werkboek van de METT-deelnemers kunnen raadplegen en bespreken hoe het nu met hen gaat. Dit vereist dat begeleiders hierin worden ingewerkt. De facilitator van de Tussenvoorziening ziet dit als een waardevolle aanvulling om de METT echt te integreren in de begeleidingstrajecten. De METT zou dan de eerste stap zijn, waarna de verdere begeleiding bij de begeleiders ligt. Of dit haalbaar is naast hun andere begeleidingsvragen, is de vraag’* (METT-facilitator, persoonlijke communicatie, 22 augustus 2024).

5.8.5 Regionale uitrol van de METT

Wanneer is de METT voldoende uitontwikkeld en wanneer is deze klaar om in de regio uit te rollen? En wanneer komt het wellicht te vroeg? *‘De aanvraag voor de METT in regio West is door de betrokken gemeenten goedgekeurd om daar gegeven te worden. Een manager van de Tussenvoorziening en een facilitator van het Leger des Heils zijn eerstverantwoordelijken voor de regionale uitrol van de METT. Voor 2025 is er een planning van één METT vanuit de Tussenvoorziening, één vanuit het Leger des Heils en één gezamenlijke METT in het kader van de samenwerkingsaanvraag. De focus ligt op begeleid wonen en Beschermd Wonen. Het doel is om in 2024-2025 in totaal drie METT's te geven in de regio. Een belangrijke vraag is hoe de deelnemers geworven gaan worden. Er komt een concreet actieplan. Inzoomend op regio West in 2025 is de vraag of de uitvoering van de METT nu (al) passend is, of wellicht te vroeg komt? Dit zou kunnen komen doordat de medefacilitator wellicht nog niet tweemaal is ingewerkt²⁶. Daarnaast speelt een (mogelijke) tijdelijke uitval van ervaringsdeskundige facilitators mee, evenals het feit dat de rest van het team nog niet volledig is ingewerkt. Een nieuwe locatie vraagt om meer afstemming en logistieke organisatie dan een interne setting, wat extra uitdagingen met zich meebrengt. Als de facilitator nog maar gedeeltelijk is ingewerkt, dan komt er te veel druk op de huidige facilitator(s) te liggen. ‘Wanneer je als facilitator naar het plan kijkt voor een nieuwe regio, dan rijzen logistieke vragen, als wie zorgt ervoor dat al het materiaal aanwezig is, dat koffie en thee geregeld zijn, en dat de zaal geschikt is voor de training zonder storende in- en uitloop van begeleiders of deurbel? Een co-facilitator van de Tussenvoorziening en Lister heeft slechts vier uur per week voor de METT. Een locatie ‘verder weg’ vraagt meer tijd en aanpassing, vooral in combinatie met andere taken. Wat betreft de doelgroep: met wie stem je af als er iets gebeurt of als deelnemers niet komen opdagen?’²⁷* (METT-facilitator, persoonlijke communicatie, 22 augustus 2024). In de huidige training kent de facilitator, die 8 uur per week voor de METT heeft, de deelnemers en de begeleiders veelal goed. *Ik bel en mail hen van tevoren en volg op als ze niet opdagen. Hoe zal dit werken in de regio?’* (METT-facilitator, persoonlijke communicatie, 22 augustus 2024).

5.9 Wel/geen deelname aan de METT

Mensen die uitstromen c.q. de afgelopen twee jaar uitgestroomd zijn naar Gemengd Wonen in onder andere Tango, Buur, Mix-It, de Schipper en de Amerhof zouden in principe en volgens plan de ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT) volgen. Met name in 2024, deel B van het onderzoek, is hier meer op gestuurd. Toch konden of wilden niet alle voor de training benaderde cliënten deelnemen aan de METT. In de interviews zijn uiteenlopende verklaringen gegeven waarom niet iedereen in Beschermd Thuis mee wil of kan doen aan de METT.

²⁵ De bewustwordingsgesprekken worden met ingang van maart 2025 opnieuw ingevoerd onder de noemer ‘toekomstgesprekken’.

²⁶ Het inwerktraject bestaat uit minimaal twee keer de training te hebben gegeven.

²⁷ Er zijn ook weken dat de uren niet gebruikt worden als er geen training voorbereid, gegeven of geëvalueerd wordt.

- Geen behoefte. *'Geen behoefte aan praatgroepen; ook niet aan bewonersbijeenkomsten overigens. Geen zin in gezeik' (R12).* Een na-evaluatie of terugkeerbijeenkomst; hoe is dat voor je? *'Nee, geen zin om mij te moeten verantwoorden' (R12);*
- Lage betrokkenheid. Door het ambulant wonen in Beschermd Thuis, geen of een lage betrokkenheid met de zorgaanbieder²⁸ én met het trainingsaanbod van de zorgaanbieder ervaren. In het onderzoek genaamd: *'Marco: de boodschap resoneert beperkt. Ervaren cliënten voldoende invloed binnen Lister? (Lister, 2022)* naar het faciliteren van invloeditoefening door cliënten door middel van het vormgeven van vrijheid, meedoen en meepraten, beschrijft Lister dat cliënten die ambulante begeleiding in Beschermd Thuis ontvangen, minder betrokken of gericht zijn op het aanbod van de organisatie in tegenstelling tot zogenaamde 'verblijfscliënten' in beschermd wonen of de maatschappelijke opvang;
- Het niet kunnen bijwonen van de METT door re-integratie, opleiding of werk;
- Het niet of moeilijk begrijpen van de training;
- Voldoende steun ervaren en afleiding hebben aan het eigen netwerk, bijvoorbeeld de familie;
- De drempel wordt als (te) hoog ervaren;
- Niet taalvaardig genoeg (denken te) zijn; deelnemer METT ervaart een taalbarrière²⁹;
- Was eerder geïnteresseerd in hulp, maar vond de intensiteit van de pop-up te overweldigend
- Staat niet open voor begeleiding;
- Weigert deelname omdat hij zichzelf al voldoende gevormd vindt en niet openstaat voor trainingen;
- Voelt zich eenzaam, wil alleen herenigd worden met zijn vrouw en kind. Niet te motiveren voor deelname aan METT; is later ziek geworden;
- Was aanvankelijk nog niet klaar voor begeleiding; later druk met werk en had weinig behoefte aan verdere ondersteuning.

5.9.1 Wel doorverwezen naar de METT, maar nu niet passend

- Staat op de lijst en is uitgenodigd, maar verschijnt niet bij de bijeenkomsten;
- Heeft eerst intensievere hulp nodig voordat deelname aan METT zinvol is;
- Moeite met het nakomen van afspraken;
- Moeite met contact, emotioneel nog niet klaar voor deelname;
- Een sterfgeval en ziekte speelden een rol;
- Werkend, pas getrouwd en met kinderen;
- Druk met het regelen van de woning; *'begeleiding is al tevreden als er al contact is';*
- Gezondheidsproblemen maken deelname nu niet mogelijk;
- Doet vrijwilligerswerk, maar kampt met psychische klachten en komt afspraken niet na;

²⁸ De aan het onderzoek gelieerde aanbieders zijn Lister, de Tussenvoorziening en het Leger des Heils.

²⁹ *'De METT is niet cultuursensitief of cultuur-inclusief. Iedereen zou mee moeten kunnen doen toch? Zorg er bijvoorbeeld voor dat iemand een 'vertaler' mee kan nemen. Maak de METT met andere woorden 'taal-inclusief. Werk ook met ervaringsdeskundigen die de brug kunnen slaan. Namelijk taal en cultuur zouden geen belemmering mogen zijn; want wat is er bijvoorbeeld nu aan taal in de wijk? De METT zou bij iedereen aan moeten sluiten' (Activerend begeleider, 30 oktober 2024).* In reactie laat de facilitator weten dat het ter plekke vertalen, of het laten deelnemen van een vertaler niet in de groep past. *'Dit leidt te veel af' (METT-facilitator, 25 februari 2025).*

- Lijdt aan een angststoornis, wat contact met begeleiding bemoeilijkt. Begeleiding kan moeilijk binnenkomen;
- Moeizaam contact omdat de persoon in het ziekenhuis ligt;
- Gezondheidsproblemen maken deelname op dit moment onmogelijk;
- *'Te druk en psychisch uit balans, waardoor deelname nu niet haalbaar is' (METT-facilitator).*

5.10 Randvoorwaarden voor deelname aan de METT

Samenvattend noemen de deelnemers onder andere dat er bereidwilligheid voor deelname moet zijn; dat er met een zogenaamde - nog te maken - *'uitstroomchecklist van opvang naar wonen'* gewerkt zou kunnen worden én dat beheersing van de Nederlandse taal helpt om de training te kunnen begrijpen. Daarnaast wordt de koppeling met *'bewustwordingsgesprekken'* en de pop-ups als wezenlijk genoemd.

- R12 vindt dat de METT een vast onderdeel van de nog te maken uitstroom-checklist moeten zijn (zie ook de verdiepende studie), wanneer begeleiders besluiten dat iemand zelfstandig kan gaan wonen. Toch erkent hij ook dat het *'verplicht'*³⁰ stellen van de METT een uitdaging kan zijn. Hij ziet de METT als een handvat óók voor begeleiders van begeleid wonen. Hij kent een vrouw die 11 jaar in de opvang verbleef. Hij vraagt zich af hoe zij zich nu redt in haar zelfstandige woonsituatie (R12, 2 september 2024);
- R2 noemt dat er bereidwilligheid moet zijn. *'Je moet er zijn, zowel voor jezelf als voor de ander'*. Het vraagt om commitment van en aan de groep. *'Laat iedereen de training volgen voordat ze uitstromen. Het is belangrijk om een eigen plek te hebben of hier zicht op te krijgen. Werken aan herstel en hierover willen praten is nodig. Beheersing van de taal is ook een belangrijke factor. Het kan moeilijk zijn als je de taal en cultuur niet goed kent, zelfs met de hulp van intermediairs. Je moet in staat zijn om dingen te vertalen naar je eigen situatie. Als je de taal niet goed spreekt, wordt het lastiger om je zelfstandig te redden. Mensen moeten goed kunnen landen in de wijk. Het gaat niet alleen om een eigen woning, maar ook om de omgeving en alles wat daarbij komt kijken. Uitstromers moeten veel tegelijk aanpakken. Zelfstandig wonen is echt heel groot en heel veel! Voor duurzame en succesvolle uitstroom naar beschermd thuis is er meer nodig dan alleen training. Er moet veel in weinig tijd gebeuren in korte tijd als je over een half jaar je eigen huis hebt'* (R2, 2 januari 2023);
- R18 is co-facilitator van de METT en heeft de training één keer als co-facilitator gegeven. De METT bestaat uit vijf bijeenkomsten en een terugkombijeenkomst. Daarnaast is hij de kartrekker van de groep van afgestudeerde ervaringsdeskundigen. Hoe hij naar de METT kijkt en of er (rand)voorwaarden zijn? Hij is er kritisch over. Hij mist vooral de *'bewustwordingsgesprekken'*³¹ die voorheen plaatsvonden, maar nu zijn geschrapt. Volgens hem is het belangrijk dat mensen, voordat ze uitstromen, zich bewust worden van wat ze te wachten staat wanneer ze de sleutel van hun eigen woning ontvangen. De METT richt zich op *'leer je wijk kennen'*, maar zonder het hebben van een plan voor je dagelijkse bezigheden, leidt dat vaak tot stress. Dit kan mensen ertoe brengen om terug te vallen in oude patronen, zoals blowen. Volgens hem zouden deze zaken eigenlijk besproken moeten worden, maar dat gebeurt nu helaas te weinig. Soms stoppen mensen met de METT zodra ze uitstromen en een woning hebben, of ze nemen niet meer deel. Hij pleit ervoor om de METT verplicht te stellen als onderdeel van het traject: *'Dit is je sleutel, en dát is het volledige plaatje. We werken ergens naartoe'* (R18, 16 oktober 2024);

³⁰ Eén van de zes leidende principes in het Nationaal Actieplan Dakloosheid om dakloosheid terug te dringen, is respect voor keuze en eigen regie van mensen. Het verplicht stellen van trainingen past niet in dit leidende principe.

³¹ De bewustwordingsgesprekken, omgedoopt tot *'toekomstgesprekken'* starten met ingang van maart 2025.

- *Pop-up/ try-out ervaring:* Hoewel de pop-up/ try-out goed werd ontvangen, bleek bijvoorbeeld dat één van de deelnemers niet goed in de groep paste vanwege de ernst van haar problematiek. Dit laat zien dat er rekening gehouden moet worden met potentiële zwaarte van problematiek van deelnemers die de pop-up van de METT niet gevold hebben;
- *Groeps-/deelnemerssamenstelling:* In principe kan iedereen deelnemen aan de METT, maar het is belangrijk om daarbij ook te letten op de groepsdynamiek.

5.11 Inbedding

Is het mogelijk de METT in te bedden in de Tussenvoorziening Academie (hoewel deze voor medewerkers is) of in de Lister Academie? Misschien ergens anders? Hoe willen de betrokken organisaties dit traject vormgeven? Kan er bijvoorbeeld een gezamenlijke facilitatorspool opgezet worden en organisatie-overstijgend te werk te gegaan worden, zodat de METT duurzaam kan worden geïmplementeerd? Daarnaast rijst de vraag of de METT kan worden opgenomen in stedelijke en regionale aanbestedingen van respectievelijk de gemeente Utrecht of van de U16? Deze vragen komen aan bod in de hier volgende alinea's.

5.11.1 Vervolg en de implementatie van de METT

Bij de implementatie van de METT spelen zowel het moment van aanbieden, als de manier van verwijzen naar de METT-facilitators en de locatie - bijvoorbeeld wel of niet in de regio - een belangrijke rol. Wanneer de METT in de regio aangeboden wordt roept de implementatie vragen op. Concreet gaat het om vragen als: hoeveel trainingen bied je aan in de regio? Hoe werf je de deelnemers? Leid je actief een groep toe of niet? Wat regel je vooraf en welke organisatorische aspecten komen erbij kijken? Volgens een activerend begeleider werkt het toeleiden van groepen niet goed: *'Dat is meerdere keren geprobeerd, maar vaak krijgen begeleiders er zelf geen grip op'* (Activerend begeleider, 30 oktober 2024). Ook de timing is van belang. Wanneer is iemand aan de METT toe? *'Een eigen huis kan heel overweldigend zijn'*. Weten begeleiders van samenwerkende organisaties wat de METT inhoudt? *'Het lukt niet altijd om deel te blijven nemen aan de METT. Sommigen doen leuk mee, maar daarna lukt het niet meer. Ook niet iedereen doet mee aan de terugkombijeenkomst. Het gebeurt ook dat mensen in fases nog komen; in het begin is er nog wel contact met de begeleiding, later niet meer'* (METT-facilitator).

5.11.2 Behoeften ten aanzien van de METT

De facilitator van Lister benoemt dat de training binnen de aanbesteding met de gemeente Houten valt. Niet iedereen kan de training geven, dus is het belangrijk te bepalen wie de training in Houten gaat geven en hoe dit georganiseerd wordt. De METT is opgenomen in het uitvoeringsplan van regio Lekstroom³²; afspraken om de training goed in te bedden in de organisaties moeten nog gemaakt worden. Vragen hierbij zijn of de voorwaarden, zoals voldoende tijd en middelen goed geregeld zijn en wat er nog nodig is om dit te realiseren. Daarnaast moet worden voorkomen dat de facilitator er alleen verantwoordelijk voor is. Ook is het belangrijk dat plannings op tijd worden gemaakt. Andere aandachtspunten zijn of de facilitators voldoende capaciteit en ruimte hebben voor hun voorbereiding en of de rol- en taakverdeling met de ervaringsdeskundige facilitators goed is uitgewerkt. Het is verder van belang dat de facilitators voldoende ondersteuning krijgen en dat er rekening wordt gehouden met hun wensen (METT-facilitator).

De facilitators en de ervaringsdeskundige facilitators/ co-facilitators noemen dat voor het opbouwen van ervaring om de METT goed te beheersen, een (co)-facilitator de training minstens vier keer moet geven. Er is een vaste facilitator nodig en het is belangrijk om zuinig te zijn op ervaren co-facilitators. Het opleiden van zowel facilitators als ervaringsdeskundige co-facilitators kost tijd en energie. Het kan zwaar voor hen zijn gezien dat ze slechts vier uur per week hebben om dit te doen. Met betrekking tot onderlinge ondersteuning is het belangrijk dat facilitators elkaar ondersteunen. Een facilitator zou minimaal twee keer

³² Regio Lekstroom bestaat uit de gemeenten Houten, Nieuwegein, Vijfheerenlanden, IJsselstein en Lopik.

moeten meelopen met een ervaren collega om de training goed onder de knie te krijgen. Daarnaast is het nauwkeurig bijhouden van administratie een aandachtspunt, waaronder het vergaren van contactinformatie van deelnemers, wat helpt bij het gericht uitnodigen en stimuleren van deelname aan de METT. Eén van de facilitators monitort waarom iemand niet komt of waarom iemand juist wel kan deelnemen. Dit persoonlijke contact en de persoonlijke benadering van deelnemers is belangrijk. Tevens vormt het uitdelen en verwerken van evaluatieformulieren een bron om te leren en (door) te ontwikkelen. Het is van belang om als facilitator de motivatie voor het leren te stimuleren, zowel bij de deelnemers als bij zichzelf. Het delen van ervaringskennis speelt hierin een grote rol. En niet in het minst zijn trainingsvaardigheden nodig. Een voorbeeld is dat sommige deelnemers afgeremd moeten worden, zodat ze niet te veel van hun persoonlijke ervaringen (in één keer) delen. De facilitator moet hierin een goede balans vinden.

Een thema dat wordt genoemd is taalvaardigheid; de beheersing van de Nederlandse taal is een aandachtspunt voor de deelnemers, omdat dit van invloed is op het succes van de training. Verhuizing en huisvesting speelt een rol; in sommige gevallen wordt een woning betrekkelijk snel toegewezen. Er moet dan rekening gehouden worden met het juiste moment om de METT aan te bieden zodat de deelnemer letterlijk en figuurlijk de ruimte heeft om de training goed te volgen. Timing en focus van de METT is een factor. De METT is bedoeld voor iedereen, maar in de praktijk blijkt het niet altijd passend. Aandacht op kunnen brengen om (volledig) deel te nemen aan de training is nodig. Werk en opleiding; als iemand overdag werkt of een opleiding volgt, dan is het aannemelijk dat werk of opleiding door de potentiële deelnemer en de facilitator wordt geprioriteerd boven de METT. Deelname na een voortraject kan de voorkeur hebben, zodat (sommige) deelnemers bijvoorbeeld pas instromen in de METT als ze zich realiseren dat ze thuisloos zijn en hier iets aan willen doen. Zo zijn er trainingsgroepen bestaande uit zes personen, waarvan vijf het voortraject via de VOIZ-academie³³ hebben doorlopen.

Activerend begeleiders (AB)³⁴ geven aan dat de METT *‘in het begin ver van ze af stond’*. *‘Het voelde als een ver-van-je-bed-show en het had niet echt prioriteit binnen de Tussenvoorziening’*, aldus de AB’ers. Hoewel ze er via de facilitator, een begeleider en een teamleider van hoorden, was de METT aanvankelijk niet goed ingebed. Bij Buur deden vijf cliënten mee. Of een derde van hen de training volledig heeft gevolgd, is niet helemaal duidelijk. *‘Cliënten worden niet vergeten, want de facilitator van de Tussenvoorziening houdt nauwkeurig bij wie in aanmerking komt voor de METT. Zij belt voorafgaand om te motiveren deel te nemen aan de training en na afloop als de client niet is gekomen, neemt ze contact op. Hoewel deelname aan de METT vrijblijvend is³⁵, kan het voor cliënten toch spannend zijn, waardoor ze soms aarzelen om mee te doen’*.

5.11.3 Verdiepingsdagen

De METT-verdiepingsdagen worden georganiseerd in de vorm van ochtenden met de facilitators, waarbij de focus ligt op reflectie en uitwisseling. De ervaren facilitators van de METT hebben diepgaande kennis en ervaring en dat wordt benut tijdens de verdiepingsdagen en de trainingen zelf. Ze weten waar ze het over hebben. Tijdens deze sessies bespreken de facilitators vragen als:

- Waar staan we nu?
- Hoe verloopt het proces?
- Hoe ga je om met uitdagingen, bijvoorbeeld iemand ‘afkappen’?
- Waar loop je tegenaan en hoe pak je dat aan?

³³ ‘De Voiz Academie is een tussenstap op weg naar werk en opleiding. Hier kunnen mensen op hun eigen tempo, in een veilige omgeving en onder begeleiding stappen zetten richting leren, werk en participatie’ (www.tussenvoorziening.nl, geraadpleegd op 18 januari 2025). Eén persoon heeft de opleiding facilitaire dienstverlening gevolgd en zou mogelijk verder kunnen doorstromen.

³⁴ Activerend begeleiders

³⁵ Facilitator METT noemt de METT daarentegen niet vrijblijvend; het is een vast onderdeel van wonen in Beschermd Thuis (25 februari 2025).

Deze bijeenkomsten vinden eens per kwartaal plaats. Een terugkerend en relevant onderwerp is hoe om te gaan met de randvoorwaarden. Een andere vraag die naar voren komt, is of er een onderscheid gemaakt kan worden tussen training en therapie binnen de METT. De METT is een training met een duidelijk therapeutisch aspect; deelnemers doen vaak na afloop inzichten op die *'thuis pas echt landen'*.

“Neiging om als hulpverlener te handelen, te doen. Dit durven los te laten”

6 Participatief actieonderzoek training ‘Skillslab landen in de wijk’³⁶

6.1 Inleiding

De mede onderzochte training in deel A van het onderzoek: ‘Start in de Wijk’ leidde tot een kort verdiepend onderzoek van de training ‘Skillslab landen in de wijk’, die toen nog ‘Skillslab Thuis in de Wijk’ heette. Sinds 2024 heet de training ‘Skillslab landen in de wijk’. De bredere sociale en maatschappelijke context van deze op empowermentgerichte training is gerelateerd aan de beweging van opvang naar wonen; van participatie in de wijk en van het vergroten van de eigen regie. De training ‘Skillslab landen in de wijk’ is feitelijk geland in de basis van de training ‘Thuis in de Wijk’. Dit hoofdstuk begint met de aanleiding en context van de training. Vervolgens wordt de opdracht toegelicht en wordt ingezoomd op de deelvraag: hoe draagt ‘Skillslab landen in de wijk’, gericht op (sociaal) professionals, bij aan empowerment op cliëntniveau? Daarna komen het doel en de opzet van de training aan bod. Tot slot worden de bevindingen besproken en wordt ingegaan op de implementatie en verankering van de training in de praktijk.

6.2 Aanleiding

De training ‘Skillslab landen in de wijk’ is ontwikkeld door het Leger des Heils, de Tussenvoorziening, Lister, Kwintess en de Buurtteams. De training wordt aan medewerkers van bovengenoemde organisaties aangeboden en medio 2024 eenmalig aan Woonin. Er is nog geen besluit genomen of en hoe woningbouwcorporaties te betrekken in de toekomst. Welzijnsorganisatie DOCK is ook een keer uitgenodigd in het kader van het programma ‘Thuis in de Wijk’. Naast uitwisseling van ervaringen en kennisvergroting door middel van theorie over fases van herstel; (tegen)overdracht, projectie; zelfregie, zelfredzaamheid; eigen kracht, eigen verantwoordelijkheid en casuïstiek, heeft de training ten doel de samenwerking tussen de organisaties te bevragen, verdiepen en te versterken. Ten dienste van de professionele ondersteuning in de ambulante begeleiding en het empoweren van cliënten in Beschermd Thuis en of zelfstandig wonen anderszins. ‘Kern is hoe je jezelf als professional onbelangrijk maakt’, aldus de kwartiermaker ‘Thuis in de Wijk’.

6.3 Opdracht en deelvraag

Deelvraag 2

Hoe draagt de training ‘Skillslab landen in de wijk’, gericht op (sociaal) professionals bij aan empowerment op cliëntniveau?

De te onderzoeken vragen die gesteld zijn in de opdracht over het aanbod en de implementatie van de training ‘Skillslab landen in de wijk’, betreffen:

- Wanneer en aan wie bied je de training aan?
- Wie geeft bekendheid aan de training? (Sociaal) professionals weten niet altijd van het bestaan van de training;
- Hoe worden de deelnemers geworven? Intranet? Standaard onderdeel van de ‘POP’³⁷
- Wie regelt het; wie doet bijvoorbeeld de administratie?
- Hoe wordt de training gefinancierd? Wordt de training gezamenlijk aangevraagd in een aanbesteding of een subsidie bij de gemeente, c.q. regio U16?
- Zijn de kosten van de training door te berekenen aan de deelnemers?

³⁶ De training is voor iedere professional relevant die in contact komt met een burger met een ondersteuningsbehoefte, incl. gemeenteambtenaren; boa’s; medewerkers uit de wijk/ gebiedsteams en medewerkers van woningbouwcorporaties

³⁷ Persoonlijk Ontwikkelplan (POP)

- Kan de training samen met de bovengenoemde partijen: Kwintes, Buurtteam, Leger des Heils, de Tussenvoorziening en Lister gegeven (blijven) worden?
- Kan je een carrousel maken van de trainingen met een gezamenlijke pool van facilitators?
- In hoeverre de training 'Skillslab landen in de wijk' kan worden ingebed in het programma 'Thuis in je Wijk', wordt verder uitgewerkt in de verdiepende studie (bijlage 1). Daarin wordt onderzocht hoe de sociale basis in Utrecht functioneert, hoe toegankelijk deze is, en hoe de samenwerking tussen formele en informele zorg bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie van cliënten in Beschermd Thuis.

6.4 Doel en opzet van de training 'Skillslab landen in de wijk'

'Doel is het versterken van de regie van de cliënt; het versterken van de sociale infrastructuur en jezelf als professional onbelangrijk maken'.

Kijk breder dan de training; namelijk wat is het doel van het project landen in de wijk? En wat is het doel van het overall programma 'Thuis in je Wijk' dat in vier Utrechtse wijken wordt gegeven? Volgens de kwartiermaker van 'Thuis in je Wijk' in Kanaleneiland is het doel van de training om, door gezamenlijk kennis en ervaring op te doen, de regie van de cliënt te versterken, de sociale infrastructuur te versterken en jezelf als professional juist minder centraal te stellen. De training richt zich niet alleen op wat nodig is om (langdurig) ambulant te kunnen werken, maar ook op hoe en waarom je je verhoudt tot de cliënt. Wat is de kern van jouw handelen als (sociaal) professional? Waarom maak je bepaalde keuzes, en wat drijft jouw werkwijze? Om deze vragen te kunnen beantwoorden, is verbinding en kennis nodig, evenals gerichte trainingen over ambulantisering in de wijk – idealiter verzorgd door mensen met ervaringskennis of ervaringsdeskundigen. In lijn met deze uitgangspunten draait de 'Skillslab landen in de wijk' om het decentraal stellen of het onbelangrijk maken van de professional en het verdiepen van inzicht in het belang van samenwerking, het empoweren van de cliënt en het bevorderen van de ambulantisering.

6.4.1 Opzet van de training 'Skillslab landen in de wijk'

De oorspronkelijke training 'Start in de Wijk' is hernoemd en inhoudelijk uitgebreid tot 'Skillslab landen in de wijk'. In de nieuwe opzet zijn verschillende thema's verwerkt in 'Skillslab landen in de wijk', waarbij professionals uit heel Utrecht worden uitgenodigd. Belangrijke thema's die aan bod komen, zijn onder andere:

- Herkennen en kennen van cliënten;
- Fases van herstel; (tegen)overdracht, projectie; zelfregie, zelfredzaamheid; eigen kracht, eigen verantwoordelijkheid en casuïstiek;
- Impliciete kennis zichtbaar maken, zoals waarom je doet wat je doet. Bijvoorbeeld bewustwording: blijf je met een cliënt kerst vieren? Wil je iemand afhankelijk houden? Of bewustwording door bijvoorbeeld een buurt-BBQ, waarbij medewerkers herkenbaar zijn door Lister-shirts;
- Wat zou de cliënt écht willen, zoals bijvoorbeeld een wandelgroepje? Mogelijk gebruik van de 'Gezamenlijke routekaart'³⁸ (Post, M. 2024);
- Wat aansluit en wat je beter kunt laten;
- Luisteren naar wat mensen willen en zelf kunnen, wat ook activiteiten buiten de wijk kan omvatten;
- Veiligheid als belangrijk aspect van het werk;

³⁸ Voorstel vanuit het programma 'Thuis in je wijk'

- Aandacht voor zelfstigma en het proces van 'weer mens worden';
- Contact met burens: cliënten zijn niet alleen zorgvragers maar kunnen ook iets bijdragen aan de buurt (*'gewone vragen gewoon oplossen'*)³⁹;
- Inzicht krijgen in de mogelijkheden in de wijk;
- Bekendheid genereren over de ambassadeurs van informele zorg.

Deze training is ontwikkeld en getest door het Leger des Heils, Kwintes met veel aandacht voor de-stigmatisering, een ervaringsdeskundige begeleider van het Buurtteam, Lister en de Tussenvoorziening met aandacht voor hulpbronnen in de wijk. De training start met een fragment uit de film 'Finding Nemo'. Het fragment symboliseert het *'now what?'* De vissen vluchten uit het aquarium op een heel doordachte manier om vervolgens niet te weten wat te doen als ze zijn waar ze willen zijn. Met name door het plastic zakje, wat de zorgverleners; eigen overtuigingen; (zelf)stigma en oude patronen kan representeren.

De training beslaat twee dagen. De eerste dag wordt verzorgd door het Leger des Heils en Lister; de tweede dag door het Buurtteam en Kwintes. Het centrale thema is stigma en het benutten van hulpbronnen in de wijk of het buurschap, met nadruk op het maken van verbinding en het versterken van eigen mogelijkheden. Daarnaast bevat de training een ochtendgedeelte waarin theorie centraal staat, met speciale aandacht voor het onderwerp stigma. De eerste trainingssessie vond plaats op 30 mei 2022, gevolgd door een tweede op 23 juni 2022. Deze training is gericht op professionals en legt de nadruk op de cliënt, herstel en empowerment. Ook wordt samenwerking tussen verschillende partijen, zoals de Buurtteams, gestimuleerd. In een latere fase is Woonin betrokken geraakt en zijn ook medewerkers van welzijnsorganisatie DOCK aangesloten.

Dag 1

- Theorie: hulpverlenerssyndroom en symbiose
- Fasen van herstel: het herstelproces ingedeeld in vier fasen
- Empathie <-> Sympathie -> waar zit de (sociaal) professional?
- Opdracht voor thuis
- Dramadriehoek versus winnaarsdriehoek
- Pantoum aan de hand van een kernregel

Dag 2

- Stigma, samen met een ervaringswerker
- Bewustwordingsgesprekken

6.5 Bevindingen en evaluatie training 'Skillslab landen in de wijk'

In totaal is de training 'Skillslab landen in de wijk' acht keer aangeboden en hebben er minimaal 64 mensen deelgenomen aan de training 'Skillslab landen in de wijk'.

³⁹ Vraag van facilitator, 29-1-2025, of hier een collectief aanbod voor is of een collectieve behoefte aan is.

Overzicht gegeven 'Skillslab landen in de wijk' trainingen:

Mei/ juni 2022	5 deelnemers (minimaal) ⁴⁰
Oktober 2022	5 deelnemers (minimaal)
Mei/juni 2023	à 8 deelnemers
Jan/feb 2023	à 12 deelnemers
Juni 2023	à 8 deelnemers
Oktober 2023	à 5 deelnemers
April 2024	à 13 deelnemers
Oktober 2024	à 8 deelnemers (de 2 ^{de} bijeenkomst is niet doorgegaan)

6.5.1 Bevindingen van de training 'Skillslab landen in de wijk'

- *'Kijk verder dan de training'; de kwartiermaker ziet dat er meer nodig is dan de training 'Skillslab landen in de wijk'. Zij refereert aan zogenaamde 'hubs' in de wijk waar groepen samenkomen; waar je bijeenkomsten en activiteiten kunt initiëren; voorlichting kunt geven en vanuit wensen/ behoeften kunt werken. De welzijnsorganisatie DOCK - waar de kwartiermaker nauw mee samenwerkt, biedt het ondersteuningsprogramma 'Welzijn op recept'. 'Welzijn op Recept' wordt ingezet bij onder meer rouwverwerking en eenzaamheid, compleet met een daadwerkelijk recept. Ook huisartsen zijn hierbij betrokken. In acht van de tien Utrechtse wijken is het beschikbaar. Zo kan bijvoorbeeld een consult bij een sportcoach worden aangeboden.*
- *Overweeg verruiming van deelnemende disciplines. Betrek bijvoorbeeld activerend begeleiders ook bij de deelname aan de training. Twee geïnterviewde activerend begeleiders (AB'ers) 'zien niets van de training 'Skillslab landen in de wijk'. Het staat bijvoorbeeld niet op intranet, aldus de activerend begeleiders⁴¹. Het zou mooi zijn als ook zij kunnen deelnemen. 'Als activerend begeleider heb je een andere rol, maar niet minder belangrijk. Je leert van elkaar, dat is de grote meerwaarde van de 'Skillslab landen in de wijk'. Wat neem je mee uit je eigen praktijk en je eigen casuïstiek om goed met een ander te kunnen delen? Neem alleen al het vertrekpunt dat: 'Van een individueel begeleider (IB'er) moeten cliënten veel. Als AB'er wil je ook veel, maar je hoeft er niet zo bovenop te zitten. Er is geen druk en cliënten voelen dan ook geen druk. Je mag even jezelf zijn' (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 oktober 2024).*
- *Onderzoek en werk aan de beantwoording van de vervolgvragen met betrekking tot de METT en de evaluatie⁴²:*
 - Hoe groot, intensief en langdurig moet je de training maken?
 - Hoe bereik je de deelnemers? Je kunt niet steeds alle medewerkers aanschieten.
 - Wat levert de training op? Welke resultaten zie je? Hoe pak je dit bij voorkeur aan?
 - Werkt het werken met een evaluatieformulier?
 - Qua opzet, daartoe verwachtingen van de trainingen ophalen en de doelen van de training verhelderen;

⁴⁰ Het exacte aantal deelnemers in mei/ juni en oktober 2022 is niet bekend. Echter het minimum aantal deelnemers is 5; daarom zijn 5 deelnemers als vertrekpunt genomen.

⁴¹ In reactie: 'Alle 'Skillslab landen in de wijk'- trainingen staan op de intranetpagina 'Tussennet', inclusief herinneringen. Ook activerend begeleiders zijn welkom', aldus De Tussenvoorziening (30-1-2025)

⁴² In het voorjaar van 2025 wordt de zogenaamde 'W.I.J.C.K. wijze' verwerkt voor 'Thuis in je Wijk'.

De W staat voor wij: samenwerken met buurt en netwerk. Wie speelt welke rol? De I staat voor ik: ondersteun vanuit zorgen dat in plaats van zorgen voor. Alles wat nodig is, is aanwezig. De J staat voor jij: wat wil je, wat kun je, en wat heb je nodig om mee te doen en bij te dragen? De C staat voor collectief: zijn er gedeelde vragen of behoeften? Wat is het beschikbare aanbod? De K. tot slot, staat voor: stem af, informeer, plan, evalueer en stel bij. Zorg dat iedereen zijn rol kan vervullen.

- Nulmeting doen onder de deelnemers;
 - Kort na de training evalueren; na 3 maanden evalueren en na 6 maanden (met toestemming);
 - In tegenstelling tot de METT is er nog geen facilitatormap van de 'Skillslab landen in de wijk';
 - Ethische waarden verduidelijken: welke waarden zijn van belang en met welke vragen kunnen deze worden verkend?
 - Hoe sluit je af?
 - Tijdens de training bewust stilstaan bij waarop je wel of niet ingaat in de stroom van opmerkingen, vragen en uitwisseling. Bepalen waarop je zelf de regie neemt;
 - Is de training toereikend om de eigen regie te versterken, de verbindingen in de wijk en daarmee de sociale infrastructuur te verbeteren, en de benodigde kennis van de deelnemers te vergroten?
 - Zet je ook in op positieve gezondheid?
- *Momentum*. Lister benadrukt het momentum; de tijd is rijp voor de training 'Skillslab landen in de wijk'. De training sluit aan bij het meerjarenbeleidsplan 2022-2026 van Lister (2021) en is onder andere vertaald in het programma 'Met de Voordeur', dat gericht is op toegang en toewijzing. Daarnaast is Lister tevreden over de communicatie rondom de trainingen, die mede versterkt wordt door mond-tot-mondreclame.
- *Huiswerkopdracht METT en het onderwerp stigma*. De thuisopdrachten worden door de deelnemers bijna niet gedaan. Verder is er in eerste instantie weerstand rondom het onderwerp stigma bij (sociaal) professionals. Deze professionals beschouwen zichzelf niet als stigmatiserend. De deelnemende (sociaal) professionals lijken daarentegen anders weg te gaan dan ze kwamen. Met een groter besef van stigma en hun eigen rol hierin. Advies: introduceer het thema stigma direct in de eerste bijeenkomst om het vanaf het begin als een samenhangend onderdeel van de training te verankeren en het onderwerp stigma beter geïntegreerd wordt in het geheel.

6.6 Implementatie training Skillslab landen in de wijk

Sinds de start van de training in 2022 waarbij de training 'Skillslab landen in de wijk' acht keer is gegeven en minimaal 64 deelnemers had, zijn er vragen gerezen over het hoe en door wie? Ontwikkeling, voorbereiding, tussentijdse afstemming, voortgang, evaluaties en het verwerken ervan en het organiseren van de training werd door een kleine groep facilitators/ ontwikkelaars gedaan.

Ten aanzien van de lancering van het programma 'Thuis in je Wijk' constateerde de 'Werkgroep kennis en vaardigheden' in het contact in Kanaleneiland 'iets anders' nodig te hebben. De organisatie van de trainingen is daarop iets gewijzigd. De zogenaamde 'Kennis en vaardigheden werkgroep' verzamelt de input voor de training. Zij zijn overigens content met de inhoud van de training op basis van hun constatering dat het een passende training is. Zij stellen voor dat de training 'Skillslab landen in de wijk' verplicht wordt afgenomen in 2025 en minimaal acht keer gegeven wordt (twee keer in de vier pilotwijken). De werkgroep 'Kennis en vaardigheden' geeft opdrachten voor de trainingen in het kader van het convenant van het programma 'Thuis in je Wijk' dat door 35 partijen is ondertekend. Eén van de kwartiermakers ontwikkelt een toolbox met verschillende trainingen erin. De zogenaamde 'Werkgroep handvatten' gaat de training(en) aan de man brengen. Van de gemiddeld acht trainingen die per jaar worden aangeboden worden in de 'ontwikkelgroep' kaderafspraken over de financiering gemaakt⁴³.

⁴³ De 'ontwikkelgroep' bestaat uit MT-leden van deelnemende partijen van het programma 'Thuis in je wijk'. Zij hebben opdracht gegeven aan de zogenaamde regiegroep om de training 'Skillslab landen in de wijk' door te ontwikkelen en alle deelnemende partijen mee te nemen, inclusief het Buurteam, de Tussenvoorziening en het Leger des Heils (Lister, 20 september 2024)

Bij de training ‘Skillslab landen in de wijk’ zijn nu vijf facilitators betrokken⁴⁴. Elke partij heeft zijn eigen stuk in de training. Er is geadviseerd dat elke facilitator zijn eigen deel blijft doen, omdat anders expertise verloren gaat, aldus De Tussenvoorziening. Overstijgend, de regiegroep ‘Herhaalde dakloosheid’ komt jaarlijks bij elkaar en zet met de afronding van het onderzoek van Boesveldt *‘Inzichten onderzoek Voorkomen Herhaalde Dakloosheid’* (2024) het overleg rondom de aanpak dakloosheid voort.

Pragmatisch is ten aanzien van de implementatie het volgende geadviseerd:

- Organiseer rondes binnen teams om de training ‘Skillslab landen in de wijk’ bekend te maken;
- Betrek ‘Beleid, Innovatie en Projecten’ (BIP) en respectievelijk ‘Beleid en Communicatie’⁴⁵ en maak de stap naar groepsgericht aanbod;
- Positioneer de training door deze op de website te vermelden en leg vast wie verantwoordelijk is voor het regelen van deelnemers en het faciliteren van de training.

6.7 Inbedding van de training ‘Skillslab landen in de wijk’

In de interviews met betrokken facilitators, ontwikkelaars en deelnemers zijn een aantal opties voor inbedding van de training ‘Skillslab landen in de wijk’ genoemd. Hier volgt een uiteenzetting van verschillende opties:

- In de genoemde Lister Academie;
- Uitbreiding van de training. *‘Lister stelt voor om de pilot overbruggingsaanbod te gebruiken om de training ‘Skillslab landen in de wijk’ ook hierin te integreren. Het gebiedsteam Kanaleneiland van Lister heeft hierin een zorgplicht’* (Kwartiermaker Thuis in je wijk, persoonlijke communicatie, 9 februari 2024);
- Integreer de training in bestaande structuren, bijvoorbeeld in samenwerking met de vrijwilligersacademie of vrijwilligerscentrale;
- Zou het t.z.t. een specialistische training van een herstelacademie kunnen worden? Juist als je de cliënt een stem wilt geven, dan kan je elkaar voeden en versterken met (ervarings)kennis. Vanuit de leertrainingen die uitsluitend voor (sociaal) professionals zijn, wil je mede cliëntervaringen inbrengen en cliënten (ervarings)kennis laten uitwisselen die de (sociaal) professionals goed kunnen gebruiken. Hierover zijn de meningen verdeeld;
- Onderzoek of de training invloed heeft op de doorstroom van cliënten/ of hoe de training van invloed is op cliënten;
- Is de gemeente voldoende op de hoogte van de training?
- Er dient voldoende en geschoold inzetbaar personeel te zijn om de training binnen de organisaties uit te zetten;
- Werk een richtlijn uit met benodigde competenties van de (sociaal) professional;
- Geef de training een positie in het programma ‘Thuis in je wijk’.

⁴⁴ In de herziene versie van ‘Thuis in je Wijk’ zal de training ‘Skillslab landen in de wijk’ door twee trainers gegeven worden, mogelijk ook met een gastspreker.

⁴⁵ In elke deelnemende organisatie heet het anders.

“Er echt zijn en echt luisteren, sneller
grenzen aangeven is wat ik geleerd en
veranderd heb.”

7 Resultaten en analyse van de verdiepende studie

In dit hoofdstuk worden de verzamelde gegevens geanalyseerd, waarbij de theoretische benaderingen uit hoofdstuk 3 als uitgangspunt zijn genomen. Deze uitgangspunten zijn gebruikt om te onderzoeken hoe empowerment van zowel de cliënten in Beschermd Thuis als van de (sociaal) professionals bijdraagt aan het vergroten van eigen regie en participatie door middel van de trainingen ‘Maak je Eigen Thuis’ (METT); ‘Skillslab landen in de wijk’ én de toegang tot de sociale basis vanuit en in relatie tot Beschermd Thuis in Utrecht.

De verzamelde data zijn geanalyseerd, met name met het doel om ervan te leren en om de trainingen te kunnen onderbouwen en verbeteren. Zoals Baarda (2019) het omschrijft: ‘Het doel van een kwalitatieve analyse is vooral het ontdekken, dus het leren’ (Baarda, 2019). De verzameling van de onderzoeksdata bestaat uit onder andere getranscribeerde interviews, literatuur; trainingsopzetten en (eigen) trainingsservaringen door onderdompeling; beleidsdocumenten; projectvoorstellen en een YouTube fragment en gespreksfragmenten. ‘Kwalitatieve gegevens vormen vaak een verzameling van opgeslagen gespreksfragmenten, observatieverslagen, sociale-mediaberichten of geregistreerde documenten of verslagen. De eerste taak is het ordenen van al deze onderzoeksgegevens’ (Baarda, 2019).

De onderzoeksmethode ‘inclusief onderzoek’ maakt verschil in dit onderzoek naar empowerment van en door cliënten en (sociaal) professionals in Beschermd Thuis; over versterken van eigen regie en participatie in Beschermd Thuis en pijlers voor duurzaam wonen in de wijk. NL de ‘inclusieve onderzoeksmethode’ draagt bij aan het agenderen van de trainingen en de evaluaties en de doorontwikkeling van de trainingen. Ook om gezamenlijk met deelnemers en facilitators het onderzoeksproject mee uit te voeren en tegelijkertijd de opgedane kennis toe te passen en te verspreiden. Het participierend actieonderzoek is geen ‘lean en mean’ proces, maar het is democratisch valide en het heeft concrete doorwerking. De relevantie van ervaringskennis in met name de training METT is groot, waarbij ervaringskennis, professionele kennis en wetenschappelijke kennis elkaar aanvullen (zie ook de onderzoeksbenaderingen). Dit draagt bij aan de beantwoording van de hoofd- en deelvragen.

Data-analyse

Dit onderzoek combineert verschillende methodologische benaderingen om de impact van empowerment binnen Beschermd Thuis te analyseren. De kern van de analyse ligt in de verwerking van de gegevens afkomstig uit interviews, literatuuronderzoek en de evaluatie van de trainingen ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT) en de training ‘Skillslab landen in de wijk’. Hieronder worden de belangrijkste stappen in de data-analyse uiteengezet. Voor de data-analyse om de hoofd- en deelvragen te beantwoorden over hoe empowerment bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie, zijn gegevens uit verschillende databronnen en invalshoeken geanalyseerd. Deze aanpak, ook wel triangulatie genoemd (Baarda, B. 2018), zorgt voor een breder en vollediger inzicht. In het bijzonder ‘methodetriangulatie’, ‘waarbij onderzoekers meerdere soorten bronnen over hetzelfde onderwerp onderzoeken’ (Clark et.al., 2021, in Boeije et.al. (2023). Bij het verzamelen van bronnen – naast interviews, participerende observatie en uiteenlopende documenten – heeft de onderzoeker zich ondergedompeld in de onderzoekssituatie. Deze onderdompeling kreeg vorm door herhaaldelijk deel te nemen aan zowel de METT, als aan de ‘Skillslab Landen in de Wijk’, in de dubbele rol van onderzoeker en deelnemer. In de grondige analysefase stond de onderzoeksvraag centraal en werd deze vanuit verschillende invalshoeken verkend. Zoals Baarda het stelt: ‘Bij immersion dompel je jezelf letterlijk onder in de onderzoekssituatie, vaak door actief deel te nemen’ (Baarda, 2019).

7.1 Thematische analyse

De interviews met 69 respondenten, waaronder 19 cliënten in Beschermd Thuis, 37 (sociaal) professionals en 13 experts, zijn systematisch geanalyseerd volgens een thematische coderingsmethode. De verwerking van deze gegevens vond plaats in verschillende rondes. Relevante zinsdelen en uitspraken zijn gemarkeerd

en voorzien van codes; daarop zijn de codes gegroepeerd in overkoepelende thema's waaronder empowerment, eigen regie en participatie. Vervolgens zijn de kernpatronen en onderlinge verbanden tussen de thema's geanalyseerd om tot conclusies te komen. 'Thematische analyse is een praktisch instrument om stapsgewijs patronen in kwalitatieve gegevens te ontdekken, met als resultaat een rijk overzicht en contextuele interpretatie van deze gegevens als antwoord op een onderzoeksvraag (vrij naar Braun & Clarke, 2006)' (Verhoeven, 2023). 'Het instrument wordt gebruikt als ondersteuning van het verhaal dat in de gegevens zit' (Verhoeven, 2023). 'Hoe pak je het aan om interviews, observaties en documenten te verwerken tot resultaten en hoe rapporteer je daarover?' (Boeije, et al., 2023). Dit proces, binnen de context van kwalitatief onderzoek, is uitgevoerd door 'open coderen'. Dit houdt in dat 'op basis van deze analyse thema's of categorieën zijn geïdentificeerd die zich aftekenen in de gegevens' (Verhoeven, 2023). Oftewel gegevens worden in stukken verdeeld en gecodeerd om patronen en concepten te identificeren.

7.1.1 Coderen

'Een thematische analyse doorloopt de volgende zes stappen: verkennen; coderen; thematiseren; reviseren en verfijnen; vaststellen en structureren en presenteren' (Verhoeven, 2023). De 69 getranscribeerde interviews zijn handmatig gecodeerd, gecategoriseerd en systematisch geanalyseerd. Dit leidde tot een aantal hoofdthema's en terugkerende patronen met betrekking tot empowerment, eigen regie, participatie, netwerk, bestaanszekerheid; de rol en verwachtingen wat betreft de (sociaal) professional; wonen in de wijk; inclusieve wijk en tot slot, formele en informele zorg. 'De data zijn als het ware gereduceerd door het fragment samen te vatten in een label' (Baarda, B. 2019). Het labelen en analyseren werd voortgezet totdat in de opeenvolgende analyserondes geen nieuwe vragen of inzichten meer naar voren kwamen. Tijdens het doorlopen van het coderingsproces zijn 69 getranscribeerde interviews thematisch gecodeerd, en is daarbij gekeken naar de meest voorkomende onderwerpen. Dit maakte het mogelijk om categorieën in de data te onderscheiden. De 69 respondenten bestonden uit verschillende groepen: 19 uitgestroomde cliënten (R1 t/m R19), waarvan de helft het METT-traject had gevolgd en de andere helft niet; 37 (sociaal) professionals, waarvan sommigen meerdere keren zijn geïnterviewd, werkzaam binnen de Maatschappelijke Opvang, Beschermd Wonen en de sociale basis; en 13 (sociaal) professionals die zijn geïnterviewd in de verkennende fase van het onderzoek. De geïdentificeerde thema's zijn samengebracht in een tabel, die als basis diende voor de verdere analyse.

7.2 Thematische analyse interviews

Dit hoofdstuk biedt een overzicht van terugkerende thema's en patronen met betrekking tot empowerment, eigen regie en participatie bij het wonen in Beschermd Thuis (in je eigen huis), en de implicaties daarvan voor de begeleiding. Daarnaast zijn door de respondenten zelf thema's aangedragen, in lijn met bovengenoemde thema's als: netwerk, bestaanszekerheid, wonen in de wijk, de inclusieve wijk en de rol van formele en informele zorg. Deze zijn gegroepeerd in kernthema's en subthema's. De analyse is gestart met open codering: 'alle verzamelde gegevens zijn gelezen, opgedeeld in fragmenten, vergeleken en vervolgens gelabeld' (Boeije, et. al., 2023). Interviews en interviewfragmenten met betrekking tot de METT zijn geanalyseerd in hoofdstuk 5.7 en 7.6. De interviews die betrekking hebben op de training 'Skillslab landen in de wijk' zijn uitgewerkt in hoofdstuk 7.7. Hoofdstuk 4, dat zich richt op de data-analyse, omvat de algemene analyse van de literatuurverkenning, beide trainingen en de thematische analyse van de interviews, ten behoeve van het beantwoorden van de hoofd- en deelvragen, evenals specifieke vragen binnen deel B.

7.3 Overzicht en uitwerking clustering thema's interviews⁴⁶

De codering heeft geleid tot een verfijning de thema's en de subthema's:

7.3.1 Kernthema en subthema's empowerment

1. Empowerment en eigen regie
2. Empowerment en herstel
3. Gebrek aan empowerment en herstel

1. Empowerment en eigen regie

Een aantal respondenten, (sociaal) professionals, noemt dat Gemengd Wonen en gespikkeld wonen een kwestie van geduld en een lange adem is. De activerend begeleiders geven aan dat *'niets doen geen optie is'*. Het traject Living Lab⁴⁷ heeft een tijdsduur van drie jaar. 'Eigenlijk nu tweeënhalf jaar omdat het ingekort is. We zien cliënten met een minderwaardigheidscomplex; met weinig zelfvertrouwen. Toch kan je veel in tweeënhalf jaar. Kom je bijvoorbeeld toe aan wat de client echt intrinsiek zelf wil? Wat wil ik?' De activerend begeleider sluit aan en start een langdurige samenwerking en relatie en onderzoekt samen met de cliënt wat hij leuk vindt. 'Maar soms moet je loslaten. Je moet ook vertrouwen uitstralen en een lange adem hebben. Dan zie je soms interessante dingen dat iemand bijvoorbeeld ineens veertig uur gaat werken of in een band gaat spelen. Ook dan moet je niet op de rem trappen maar het laten gebeuren; je mag fouten maken. Aansluiten is de kern; dat is echt belangrijk' (Activerend Begeleiders, Tango, persoonlijke communicatie, 30 oktober 2024).

2. Empowerment en herstel

Lister stelt dat het essentieel is om iets terug te geven en cliënten uit te nodigen om met hun verhaal iets te doen. *'Was je als cliënt in staat om aan te geven wat je nodig had, bijvoorbeeld toen je in de opvang kwam?'*, vraagt de bestuurder van Lister zich af. In je eentje is dat vaak moeilijk. Het stellen van die vraag had een trigger kunnen zijn, en ja, het had kunnen helpen. Cliënten zouden zich dan serieuzer genomen voelen. Herstel is echter vaak individueel gericht en specifiek voor elke persoon. Cliëntmedezeggenschap daarentegen is bedoeld voor het collectief. Het draait om inspraak in beleid en organisatievraagstukken. Cliëntreizen bieden handvatten voor individueel herstel en als input voor organisatie en beleid. 'Niet kunnen?' 'Hoewel het belangrijk is om cliënten te betrekken, is hiervoor wel een zekere mate van herstel vereist'. Lister geeft aan dat veel cliënten nog sterk gericht zijn op hun eigen herstelproces, waardoor participatie lastig is. Een mogelijke ingang is het gesprek aangaan met het locatiehoofd, tevens gebiedscoördinator, die zich actief bezighoudt met het vergroten van cliënteninvloed. Dit gebeurt onder andere via de zogenaamde 'Ontwikkel- en Zorgraad' (OZR) en een raad voor naasten, binnen een meer autonoom functionerende regio. Toch blijkt deelname niet vanzelfsprekend. Sommige cliënten, met name in het traject van individuele begeleiding (IB-cliënten), geven aan geen behoefte te hebben aan deelname aan een cliëntenraad. In deze raden wordt het functioneren van afdelingen en van de organisatie besproken, vaak met ondersteuning van een (sociaal) professional, maar de opkomst is doorgaans zeer laag. Dit fenomeen is ook zichtbaar in hostels; het is onvoorspelbaar hoeveel mensen bijvoorbeeld mee-eten, en in de praktijk blijkt de opkomst vaak beperkt. Verslavingsproblematiek, zoals alcohol- en drugsgebruik, speelt hierbij een grote rol. Desondanks blijft Lister cliënten actief uitnodigen – *'de tafel blijft gedekt'*. Tegelijkertijd erkent Lister dat dit een weerslag heeft op de motivatie van medewerkers. Zoals de bestuurder het

⁴⁶ De geanalyseerde thema's en subthema's specifiek over (sociaal) professionals in de wijk; de overgang van opvang naar wonen in de wijk; werken aan een thuis; de betekenis van een eigen huis; de inclusieve wijk en de samenwerking van de formele en informele zorg in de wijk, worden uiteengezet in de verdiepende studie naar thuis in de wijk.

⁴⁷ 'De U16-gemeenten ontwikkelden samen met zorgpartijen en woningbouwcorporaties het project Living Lab Eerst een Thuis, vanuit een gedeeld besef dat de bestaande aanpak van dakloosheid niet effectief genoeg was. Het project is ingericht volgens het Wonen-Eerst principe: betrokkenen wilden dakloze mensen in de regio de kans geven om vanuit een eigen woning te herstellen van dakloosheid' (Wewerinke, et al. (2024). *Eerst een Thuis in regio Utrecht. Ervaringen met een nieuwe aanpak van dakloosheid*. Hogeschool Utrecht, Lectoraat Wonen en Welzijn).

verwoordt: *‘Als je al geen energie hebt om te komen eten, waar haal je dan de energie vandaan om deel te nemen aan een cliëntenraad?’* (T. Den Hertog, persoonlijke communicatie, 31 augustus 2021).

3. Gebrek aan empowerment en herstel (facilitator en begeleider, 17 november 2023).

Deze twee respondenten noemen dat Beschermd Thuis niet altijd en niet per definitie bijdraagt aan empowerment en herstel. Respondent de begeleider werkt in de *‘Community’*, een woonvoorziening voor jongeren tussen de 20 en 30 jaar binnen het Beschermd Thuis programma. Het contract voor deze locatie loopt tot eind 2024, waarna de voorziening zal worden opgeheven. De cliënten zullen dan doorstromen naar andere locaties, zoals Buur en Meander. Op het moment van het interview wisten de cliënten zelf nog niet dat de community zou sluiten. *‘In de praktijk verloopt Beschermd Thuis niet goed’*, aldus respondent. *‘Cliënten worden óf aan hun lot overgelaten, óf te veel gepamperd door hun hulpverleners die de regie overnemen van de cliënten’*. De respondent merkt op: *‘Beschermd Thuis neigt naar verwaarlozing’*. *‘In plaats van herstelondersteuning, zien we juist een versterking van ongezond gedrag, zoals dissociatie of het niet eten. Dit is het tegenovergestelde van collectieve empowerment. Sommige cliënten durven hun ‘cliënt-zijn’ niet los te laten, uit angst niet serieus genomen te worden als persoon’*. Respondent benadrukt dat de directie en het managementteam niet goed beseffen hoe ernstig de situatie in de *‘Community’* is, *‘waar cliënten feitelijk aan hun lot worden overgelaten’*. *‘Hoewel de organisatie zich richt op herstelondersteunende zorg, begeleiding en opvang, lijkt dit in de praktijk te zijn vervangen door een aanpak van ‘wij zorgen voor je’, waarbij medewerkers geneigd zijn alles over te nemen van de cliënten’*. Respondent spreekt van *‘valse empathie’*, waarbij de bedoeling van herstelondersteuning wordt vergeten. Wel ziet respondent een positieve verandering wanneer ze cliënten vraagt haar te helpen: *‘Dan groeien ze’*. *‘Vaak hebben ze geen zin om voor zichzelf hulp te vragen, maar bloeien ze op wanneer ze iets kunnen bijdragen. Mensen moeten het gevoel krijgen dat ze iets kunnen bijdragen en dat ze niet tot last zijn. Dit gevoel van overbodigheid dragen ze namelijk hun hele leven al met zich mee’*. Zij pleit ervoor dat (sociaal) professionals veel meer inzetten op wat cliënten wél kunnen doen, in plaats van passief gedrag te versterken. Concluderend stelt respondent dat *‘Thuis in de Wijk’* hogere eisen stelt aan cliënten, medewerkers, zorgaanbieders en de buurt zelf. *‘Neem bijvoorbeeld deze nieuwe Gemengd Wonen woongemeenschap in Utrecht stad. Wat vraagt deze woongemeenschap van de wijk?’* Buurtbewoners raken bezorgd als ze een politieauto of ambulance zien. In eerste instantie hebben ze flyers en e-mailadressen verspreid om uitleg te geven. Begeleider beschouwt deze nieuwe woongemeenschap en het concept van Gemengd Wonen als mislukt. Kan je wel bij de bedoeling van Gemengd Wonen blijven? *‘Nee, geen van de geselecteerde bewoners (uit een groep van kandidaten) integreert echt. Reguliere bewoners klagen bij de medewerkers wanneer er iets misgaat, maar nemen niet zelf het initiatief om in gesprek te gaan of gezamenlijke activiteiten te organiseren. Eerder was er een zogenaamde ‘community coach’ aangesteld, en is na korte tijd vertrokken. De woningbouwcorporatie en de zorgpartij promoten ‘gespikkeld wonen’ als succes, maar in de praktijk gebeurt er niets mee’*, aldus begeleider. *‘Mijn organisatie werkt ook met programma’s zoals ‘Ga toch fietsen’ en ‘Wat denk je zelf?’, maar het blijft onduidelijk hoe deze worden ingezet en wat hun effect is’*. Binnen het team van de *‘Community’* leeft en onderstroomt. *‘Een deel van het team is sensitief en gevoelig, terwijl een ander deel wil aanpakken en niet zeuren. De intenties zijn hetzelfde, maar de aanpak verschilt’*, merkt zij op. Dit roept de vraag op of alle medewerkers wel hetzelfde einddoel voor ogen hebben. *‘Medewerkers van de nieuwe woonvoorziening en de community krijgen geen intervisie, en er zou meer ruimte moeten zijn voor echte verandering en het vasthouden aan de bedoeling. Het team moet leren dat er veel terugkomt wanneer er daadwerkelijk resultaat zichtbaar is. Momenteel is er echter geen veilige structuur; cliënten kunnen op elk moment binnenlopen’*. Het principe van *‘de cliënt is koning’* moet volgens begeleider heroverwogen worden. (Facilitator METT en individueel begeleider, persoonlijke communicatie, 17 november 2023).

7.3.2 Kernthema en subthema’s eigen regie

1. Eigen regie en participatie
2. Stimuleren en belonen van eigen initiatief

1. Eigen regie en participatie.

Respondent, cliënt in Beschermd Thuis, heeft geruime tijd als vrijwilliger op de Tractieweg gewerkt. Recent heeft hij gesolliciteerd bij de gemeentereiniging. *'Ik moet ook denken aan de toekomst en wil een pensioen opbouwen. Het inkomen als gemeentereinigiger is niet hoog: €1350,- per maand'*. Zijn huidige uitkering bedraagt €1250,- per maand. Toch is het uitzicht op een vaste baan belangrijk voor hem. Hij wil bewust geen sociaal werker ervaringsdeskundige worden. Dat komt te veel binnen en dat maakt hem ongeschikt, aldus R19. Dat geldt ook voor de functie van straathoekwerker. *'Ik heb een wond waardoor ik altijd orthodox moet leven'*. Hij leeft geremd, daarbij is blowen voor het slapen gaan belangrijk voor hem (R19, 25 oktober 2024).

2. Stimuleren en belonen van eigen initiatief.

'Dingen zelf doen en inzet van oud-cliënten'. *'Tip: maak een 'Tussenvoorzieningbus'*. Zijn tip is om verhuis- en klusservice binnen de Tussenvoorziening op te richten; een bedrijf of service voor en door mensen die in- en uitstromen uit de Tussenvoorziening. Het voelt veel beter om het zelf te doen en tegelijkertijd iets voor een ander te kunnen betekenen. Ook is het veel makkelijker om deze service in te schakelen. *'Veel (oud)cliënten hebben namelijk geen of een klein netwerk; op deze manier kan je een vorm van dagbesteding ontwikkelen en aanbieden. Nu moet het via Handjehelpen. 'Het kan dus veel efficiënter'* (R18, 16 oktober 2024).

7.3.3 Kernthema en subthema's participatie

Voor het participatieproces zijn volgens de respondenten de volgende zaken van belang:

1. Werk en inkomen; contracten
2. Huishoudboekje
3. Trajectbegeleider/ jobcoach
4. Activering en werk
5. Werk Eerst principe

1. Werk en Inkomen; contract(en)

- Het hebben van een contract als ervaringsdeskundige of medewerker met ervaringskennis. Om een contract bij de Tussenvoorziening te hebben – in zijn geval een heel klein contract als ervaringsdeskundige bij de Tussenvoorziening in schaal 5, moet hij voor zichzelf een jobcoach van Wij-3.0 hebben (R18, 16 oktober 2024).
- Medewerkers met ervaringskennis. *'Bij De Tussenvoorziening werken veel medewerkers met ervaringskennis, waardoor het cliëntperspectief beter uitgelicht wordt en meer centraal komt te staan. Deze medewerkers kunnen zelf bepalen of en hoe ze hun ervaringskennis willen inzetten. Dit zorgt ervoor dat ze scherp en bewust blijven in hun werk. Daarnaast biedt De Tussenvoorziening opleidingen aan, waaronder een mbo-programma via de zogenaamde 'VoiZ-academie', gericht op beveiliging of begeleiding'* (G. Van der Zwaart, persoonlijke communicatie, Tussenvoorziening, 2 september 2021).
- *'Bij Lister worden medewerkers specifiek aangenomen op basis van hun ervaringskennis, in plaats van enkel hun competenties op het gebied van social work. Het verder ontwikkelen van deze ervaringsdeskundigheid is nodig en biedt veel kansen'* (Facilitator, persoonlijke communicatie, 24 juni 2022).

2. Huishoudboekje

R18 'zit verplicht bij het Huishoudboekje'. Zij betalen zijn vaste lasten: huur etc. wordt ingehouden op zijn loon. Met afschrijving van zijn auto, houdt hij €70,- per week over van zijn WIA-uitkering. Hij kan er niet van rondkomen. (R18, 16 oktober 2024).

3. Trajectbegeleider/ jobcoach

R4 heeft contact met een trajectbegeleider en is op zoek naar (vrijwilligers)werk. Werk is spannend voor hem, omdat hij een tijdje geleden een terugval heeft gehad. Nu is hij weer stabiel en wil dat graag zo houden (R4, 11 juli 2023).

4. Activering en werk

Er is niet één standaard manier van werken en/ of activeren. *'Per cliënt is het verschillend; het is onderzoeken en het is maatwerk'* (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 januari '24);

5. Werk Eerst principe

'Het 'Werk Eerst-principe' is groot geworden in Eindhoven, mede door de onderlinge concurrentie. Je kon zo zien dat iemand na acht weken werk zou hebben', aldus de Fontys Hogeschool. Kandidaten doorlopen het traject en stromen vervolgens door naar een baan. Echter, in zo'n traject komen ook trauma's naar boven, waardoor het tempo voor velen te hoog ligt. Mensen die vroeger een goede baan hadden en ingrijpende levensgebeurtenissen hebben meegemaakt, kunnen vaak niet (meer) meekomen in dit standaard tempo. Het is belangrijk om te voorkomen dat er een *'one size fits all'*-aanpak wordt gehanteerd. In Eindhoven moeten organisaties maatwerk leveren. *'Toch lijkt het erop dat er steeds weer gestandaardiseerde programma's worden aangeboden, vooral om het goed te doen in aanbestedingen'* (Fontys Hogeschool, persoonlijke communicatie, 7 februari 2024).

7.3.4 Kernthema en subthema's netwerk

1. Werken aan een netwerk.

Het lastig vinden om een (nieuwe) activiteit en (nieuw) netwerk te hebben; het spannend vinden. *'De professional moet blijven stimuleren en blijven benoemen. Wijs iemand bijvoorbeeld op een schaakclub. Betrek je als professional ook de familie bij het plan en/ of activiteiten? De cliënt moet ervoor open staan om het netwerk te betrekken'* (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 januari 2024).

2. Familie

'De één wil alleen familie om zich heen en gaat er niet op uit'. Bijvoorbeeld doordat er geen behoefte aan is of onbekendheid mee is. Het familienetwerk is veelal voldoende' (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 januari 2024).

3. Geen netwerk

Er zijn ook cliënten die *geen* netwerk hebben, of het netwerk wil bijvoorbeeld niet(s) meer met de cliënt van doen hebben (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 januari 2024).

4. Beperkt netwerk

Beperkt netwerk. R5 heeft een *'beperkt'* netwerk. *'Een heel klein netwerk'*, zoals hij het zelf noemt. Hij vindt het lastig om een netwerk op te bouwen. Van zijn familie spreekt hij alleen zijn vader. Zijn vader heeft twee keer op de IC gelegen; moeilijk. Respondent kon thuis nooit iets goed doen. Zijn zus wel. Ook stal zijn moeder duizenden euro's van hem. Vrienden krijgen kinderen. Maar zijn netwerk mag wat ruimer. Hij is voorzichtig geworden om mensen dicht bij hem te laten. Ook om ze toe te laten in zijn woning. Hij schaamt zich niet, maar hij kon letterlijk nooit iets goed doen en draagt dat met zich mee. Als dingen te goed gingen dan *'saboteerde'* hij zichzelf. Dan maar negatieve aandacht, dat is wat hij kende en vertrouwd voelde. Hij heeft

nu nog niet volledig het zelfvertrouwen, maar het is niet meer zo erg als het was. Hij leert er mee leven (R5, 23 augustus 2023).

5. Netwerkversterking

'Er is niet één standaard manier van werken en/ of activeren. Per cliënt is het verschillend; het is onderzoeken en het is maatwerk' (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 januari 2024).

7.3.5 Kernthema en subthema's bestaanszekerheid

1. Financiën;
2. Woon- en leefgeld;
3. Financieel beheer;
4. Schulden en levensonderhoud.

1. Financiën

'Financiën vormen vaak een probleem; de meesten hebben geen tot weinig financiële armslag. Financiën leidt naar alle levensgebieden. Recent worden schulden door de gemeente afgelost. Wat is daar het effect van? Dat weten we niet, maar goed kan het niet zijn als je een schuld van €1,5 ton niet zelf of gedeeltelijk zelf hoeft af te lossen' (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 oktober 2024).

2. Woon- en leefgeld.

'Beschermd Wonen bestaat niet meer. Ze noemen het begeleid wonen'. Vroeger kreeg hij belasting terug; daarna ontving hij €100,- korting. Hij betaalt geen huur; hij ontvangt zak en leefgeld. Van zijn maandinkomen van €1200,- per maand houdt hij €450,- over. Voor wonen betaalt hij maar liefst €750,-. Voor hem hoeft de woning niet meer op naam van de zorgaanbieder, voordat hij de woning op eigen naam krijgt (R5).

3. Financieel beheer

Hij heeft financieel beheer omdat hij, naar eigen zeggen, totaal geen overzicht heeft. Hij merkt duidelijk dat het afgelopen jaar alles duurder is geworden. Hoewel hij de bloemetjes niet buiten kan zetten, lukt het hem wel om rond te komen. Hij is gepassioneerd over autoracen, maar een bezoek aan een Formule 1-wedstrijd is voor hem financieel onhaalbaar. De petten van race- en autocoueurs die hij verzamelt, koopt hij alleen in de aanbieding via internet. Hij heeft financieel beheer; een sportcoach (binnenkort) en kan hopelijk over niet al te lange tijd beginnen met dagbesteding in de autobranche in (R5, 23 augustus 2024).

4. Schulden/levensonderhoud⁴⁸.

R17, cliënt in Beschermd Thuis, leeft van een Wajong-uitkering en is volgende maand schuldevrij, waarmee ook zijn schuldhelpverleningstraject wordt afgerond. De afgelopen paar jaar had hij schulden en moest hij rondkomen van €80 per week. Hij rookt, wat veel geld kost, €112,50 per week. Om rond te kunnen komen, zoekt hij lege flesjes en blikjes. Zijn maaltijden bestaan vooral uit friet uit de airfryer (R17, 4 oktober 2024).

7.4 Analyse literatuurverkenning, interviews en ervaringen respondenten

De literatuurverkenning, de interviews en ervaringen van respondenten bieden waardevolle inzichten in de kern- subthema's van empowerment, eigen regie en participatie, netwerk, bestaanszekerheid, wonen in

⁴⁸ Over schuldhelpverlening zegt SWN dat het moet worden aangepakt volgens een PDCA-cyclus. *'Het is belangrijk om voortdurend de omgeving mee te nemen, ook bij de evaluatie, en interne processen te verbinden met de externe context. Denk hierbij aan een lemniscaat als model. Hoe plaats je dit in een breder perspectief? Het is belangrijk om in te spelen op veranderingen in de buitenwereld en lef te hebben om daarop te reageren'* (E. Luttik en H. Timmerman (SWN), persoonlijke communicatie, 10 & 15 januari 2024).

de wijk wonen in Beschermd Thuis en de uitdagingen in Beschermd Thuis en Gemengd Wonen. Dit onderzoek geeft géén antwoord op de vraag in hoeverre Gemengd Wonen empowerment vergroot; het geeft (wel) antwoord op de hoofdvraag hoe empowerment bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie, waarbij verschillende onderzoeksmethoden zijn gecombineerd. De 19 respondenten in Beschermd Thuis tonen een hoge mate van participatie, zowel onder cliënten die de METT hebben gevolgd als onder degenen die dit niet hebben gedaan. Dit lijkt erop te wijzen dat het volgen van METT in eerste instantie geen aantoonbaar effect heeft op het niveau van participatie. Mogelijk betreft het hier juist cliënten die bereid waren deel te nemen aan het interview en die al een zekere mate van (actieve) participatie en regie over hun leven ervaren. Dit kan een verklaring bieden voor het uitblijven van verschil tussen de onderzoeksgroep en de controlegroep.

Thema's die uit deze analyse naar voren komen

Individueel empowerment door middel van de trainingen die hiertoe ontwikkeld zijn, wordt nadrukkelijk zichtbaar. Tegelijkertijd blijkt dat persoonlijk/ individueel empowerment niet gelijk opgaat met collectieve betrokkenheid. Cliënten in Beschermd Thuis geven nagenoeg geen prioriteit aan bredere medezeggenschap, maar staan er in principe ook niet afwijzend tegenover. Collectieve betrokkenheid wordt gewaardeerd in informele, sociale activiteiten zoals samen op vakantie gaan, BBQ's organiseren, en gezamenlijk koffiedrinken. Behalve empowerment komen de volgende onderwerpen prominent naar voren in deze analyse: eigen regie en participatie; netwerkopbouw en bestaanszekerheid. De onderwerpen over de rol van de (sociaal) professional komen - verdeeld in drie subonderdelen; Gemengd Wonen; samenwerking en wijkintegratie en formele versus informele zorg - is prominent aanwezig.

7.4.1 Analyse empowerment

- Om resultaten te behalen op het gebied van empowerment en het vergroten van eigen regie en participatie van cliënten in Beschermd Thuis, zijn tijd, geduld en langdurige samenwerking nodig. Geduld en het bieden van ruimte aan cliënten in Beschermd Thuis en kan leiden tot het vinden van passend werk of het oppakken van een hobby.
- Er wordt benadrukt dat cliënten zelf de regie moeten nemen en krijgen over hun leven. Er kan echter spanning ontstaan tussen het bieden van zorg en ondersteuning en het (her)winnen van eigen regie. Dit wordt zichtbaar in situaties zoals de 'community' en cliëntenraden, waar (sociaal) professionals willen helpen, terwijl sommige cliënten en medewerkers (meer) regie bij de cliënten willen leggen. Initiatieven zoals de METT en 'Skillslab landen in de wijk', bieden waardevolle inzichten en kunnen ruimte en (handelings)perspectief voor (beginnende) verandering bieden.
- De 69 respondenten hechten waarde aan het werken aan empowerment en het vergroten van eigen regie en participatie. Positieve gezondheid speelt hierbij een ondersteunende rol. In de praktijk blijkt empowerment niet alleen samen te hangen met geduld, óók de samenwerking en het vermogen van zowel cliënten als (sociaal) professionals om verantwoordelijkheid te durven geven én nemen. Dit vraagt een cultuuromslag waarin zowel cliënten in Beschermd Thuis als de (sociaal) professionals weten of leren op welke manier ze eigen regie en participatie kunnen ondersteunen.
- Empowerment en eigen regie. Deelnemers aan de METT gaven aan dat de training hen bewuster maakte van hun eigen kracht en mogelijkheden. Toch werd ervaren dat nazorg en extra begeleiding nodig is om het effect duurzaam te laten zijn.
- *'Andersheid; het leven is niet voorbij'*. Werken aan (eigen) herstel en kwaliteit van leven in het besef dat het leven niet voorbij is met 'andersheid' of een (langdurige) aandoening speelt mee. Dit sluit aan bij het gedachtegoed van positieve gezondheid, waarin wordt gewerkt en gedacht vanuit mogelijkheden. Daarnaast is het van belang te zorgen voor een fysiek en emotioneel veilige omgeving, om hertraumatisering te voorkomen. Van belang hierin is dat (sociaal) professionals

betrouwbare, zorgzame en langdurige relaties opbouwen met cliënten, waarbij een krachtgerichte benadering centraal staat.

7.4.2 Analyse eigen regie en participatie

- Het subthema 'werk en inkomen' is een terugkerend onderwerp dat de respondenten aangaven. De ervaring met het verkrijgen van een (klein) contract als ervaringsdeskundige laat zien dat cliënten in Beschermd Thuis die zelf dak- of thuisloos geweest zijn, als ervaringsdeskundige in de opvang kunnen gaan werken. Dit creëert rolmodellen en biedt een mogelijkheid voor cliënten in Beschermd Thuis en andere cliënten om hun ervaringen om te zetten in een waardevolle bijdrage voor anderen. De 19 respondenten in beschermd Thuis werken aan het (her)krijgen van regie over hun eigen leven, of het nu gaat om werk, inkomen of emotionele stabiliteit. Bij deze 19 cliënten in Beschermd Thuis speelt de wens om bij te dragen aan de maatschappij en van betekenis te zijn. Bij een aantal onder hen spelen een bescheiden inkomen en/ of financiële uitdagingen. Bijvoorbeeld naast het betalen van vaste lasten, houden een aantal respondenten een laag leef-bedrag over van hun (WIA) uitkering of salaris. Financiële uitdagingen kunnen een belemmering vormen voor empowerment en het versterken van eigen regie. In alle gevallen wordt duidelijk dat werk en inkomen fundamenteel is voor de eigen regie van de cliënt; ook dat ondersteuning daarbij helpend is om bijvoorbeeld een opleiding te doen of passend werk te vinden. Er zijn geen standaard aanpakken om participatie te bevorderen. Zowel in het 'Werk Eerst-principe' als in de benadering van trajectbegeleiders, is maatwerk passend bij situatie van desbetreffende cliënt in Beschermd Thuis. Het stimuleren van eigen initiatief en het bieden van kansen om voor zichzelf en anderen iets te doen, is een sleutel zijn in het bevorderen van participatie.
- De respondenten in Beschermd Thuis laten zien dat empowerment en het versterken van eigen regie niet per definitie en vanzelfsprekend participatie bevorderen. Het benutten van ervaringskennis, het bieden van maatwerk in zorg en ondersteuning, én hulp bij financiële problemen zijn nodig om cliënten in Beschermd Thuis te empoweren bij het versterken van hun eigen regie en duurzame participatie.
- Stimuleren en benutten van eigen initiatief. Het eigen initiatief van cliënten in Beschermd Thuis en het benutten van ervaringen van oud-clieënten kan (beter) benut worden. De tip om een 'Tussenvoorzieningsbus' op te richten is een voorbeeld van het stimuleren van zelforganisatie en ondernemerschap onder mensen die in- en uitstromen. De voorgestelde 'verhuis- en klusservice' zou mensen in staat stellen een eigen bijdrage te leveren aan hun eigen welzijn en dat van anderen, wat een belangrijk aspect van empowerment is. Iets doen voor anderen, kan als betekenisvol worden ervaren, als daginvulling dienen en bijdragen aan het gevoel van eigenwaarde en participatie.
- De deelnemer in kwestie (R18) weet wat bepalend is voor de persoon zelf; in tegenstelling tot de (sociaal) professional. *'Er moet bewustwording zijn bij de professional over de leefwereld van cliënten. Cliënten, maar óók professionals moeten empoweren. Veel cliënten denken vaak dat ze niets kunnen. Ze vinden dat jij als professional dingen voor hen moet doen en moet regelen. Professionals zelf moeten empoweren en praktische ondersteuning bieden, bijvoorbeeld samen schoonmaken. Probleem is dat professionals heel weinig tijd voor de begeleiding hebben; alles moet in de systemen verantwoord worden. Professionals kunnen hun werk veel leuker en minder hospitaliserend maken'. Deelnemer is 'veel mensen tegengekomen die geen mening hebben, mede omdat ze het niet gewend zijn en vanuit zelfstigma redeneren'. 'En daarnaast vinden professionals het eng om op gelijke voet te levelen met cliënten; ze voelen zich soms aangevallen, hoewel er wel een omslag gaande is'* (R18, 16 oktober 2024).
- Het werken met een trajectbegeleider of jobcoach, werkt bij het vinden van passend werk maar ook bij het behoud en de stabiliteit ervan. Het traject naar werk gaat met andere woorden niet

alleen om het vinden van een baan; herstel van vertrouwen en de invloed die het op het zelfbeeld heeft, speelt daarbij eveneens een rol. Werk zoeken en hebben gaat samen met het behouden van stabiliteit. Het is maatwerk waarbij een *'one size fits all'*-benadering niet werkt.

7.4.3 Analyse Netwerkopbouw en participatie

Samenvattend; het hebben of het opbouwen van een sociaal netwerk werkt bij het duurzaam zelfstandig wonen in Beschermd Thuis. Gemengd Wonen-initiatieven dragen hieraan bij, maar de mate van meedoen en participatie is tevens afhankelijk van individuele omstandigheden en het begeleidingsaanbod. Het ontbreken van een sociaal netwerk of het hebben van een beperkt netwerk komt voor onder de respondenten in Beschermd Thuis. Persoonlijke ervaringen, zoals het traumatische gebeurtenissen en/ of het (gehad) hebben van complexe relaties, kan maken dat het opbouwen van (nieuwe) relaties lastig is. Netwerkopbouw komt nauw en professionele ondersteuning kan een bepalende ondersteunende factor zijn. De (sociaal) professional in Beschermd Thuis en de deelnemers van de METT en 'Skillslab landen in de wijk' stimuleren om activiteiten te ondernemen, te verbinden met anderen en het netwerk te versterken.

Niet alle 19 respondenten hebben dezelfde ervaringen of opvattingen over hun familie of de wens om hun sociaal netwerk uit te breiden. Sommige cliënten leunen volledig op hun familie en voelen geen noodzaak om relaties buiten die kring aan te gaan. Anderen ervaren juist moeilijkheden bij het betrekken van familie, vooral wanneer het vertrouwen in hen is geschaad. Dit benadrukt dat netwerkopbouw en participatie maatwerk vereisen: elke cliënt heeft zijn eigen voorkeur en ervaringen, en deze moeten worden gerespecteerd en begeleid. Het voorbeeld van R5, die worstelt met een beperkt netwerk door traumatische ervaringen met zijn ouders, illustreert hoe complex het kan zijn om vertrouwen te herwinnen en nieuwe sociale banden op te bouwen.

7.4.4 Analyse bestaanszekerheid

Financiële kwetsbaarheid en schuldenproblematiek. Verschillende geïnterviewde respondenten bevinden zich in een financieel kwetsbare situatie, waarbij schulden een terugkerend probleem vormen. Voortdurende financiële problemen, gebrek aan overzicht en beperkte financiële vaardigheden leiden bij hen tot stress en ondermijning van hun bestaanszekerheid en vermindert het vermogen om zich op andere aspecten van herstel of participatie te richten. Het voorbeeld van R5 laat zien dat sommige cliënten in Beschermd Thuis onder financiële regelingen vallen waarbij zij een vast bedrag aan zak- en leefgeld ontvangen. Dit biedt stabiliteit; het roept bij mij de wel de vraag op of deze aanpak leidt naar (meer) financiële autonomie op de langere termijn.

Het voorbeeld van R17 laat zien hoe cliënten in Beschermd Thuis, ondanks het leven van een Wajong-uitkering en het hebben van een schuldenregeling, toch creatieve manieren vinden om financieel rond te komen. Door concessies te doen, zoals besparen op andere uitgaven om te kunnen blijven roken, en door lege flessen en blikjes te verzamelen voor extra inkomsten, weet R17 zijn situatie werkbaar te houden.

7.5 Analyse 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT)

De analyse van de 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT) laat zien dat het een zorgvuldig geëvalueerde en doorontwikkelde training is. De training combineert theoretische inzichten met praktische oefeningen en richt zich op het versterken van de eigen identiteit, het benutten van persoonlijke kracht, samenleven in de wijk en actieve participatie in de samenleving. De toegevoegde waarde wordt breed erkend door deelnemers, facilitators en begeleiders. Positieve effecten zijn onder meer het vergroten van zelfvertrouwen en het vinden van (vrijwilligers)werk. Daarnaast draagt de training indirect bij aan collectief empowerment. Hoewel de training effectief is, vraagt de implementatie om zorgvuldige planning, voorbereiding, nauwe samenwerking tussen de facilitators en voldoende ervaring aan de kant van de

facilitator. Door de training te verdelen over zes bijeenkomsten kunnen jaarlijks naar schatting twintig deelnemers worden bereikt. Deze opzet bevordert bovendien een verdiepend en geleidelijk leerproces.

7.5.1 Positieve effecten en meerwaarde van de METT

De meerwaarde van de METT wordt door de deelnemers erkend en benoemd, evenals door de facilitators, ontwikkelaars en (activerend) begeleiders. Veel respondenten benadrukken dat de METT effectief is, mits er aan bepaalde randvoorwaarden wordt voldaan. Ook wordt de opschaling van de METT als kansrijk gezien, op voorwaarde dat deze randvoorwaarden worden gerespecteerd.

De METT roept associaties op met de ‘mentale opkikker’ van Marit Sijbrandij, hoogleraar psychologie die een korte behandeling ontwikkelde waarbij getrainde leken in de vorm van een training, ondersteuning bieden aan lotgenoten. Ook bij de METT worden uiteenlopende positieve effecten waargenomen. Deelnemers rapporteren onder meer een toename in zelfvertrouwen en het vinden van (vrijwilligers)werk, werk als ervaringsdeskundige of ander betaald werk.

Zo beschrijft respondent R3 dat de METT haar op diverse vlakken heeft versterkt. *‘Het effect van de METT is dat je, zowel bewust als onbewust, verschillende inzichten opdoet’*, stelt zij. De training gaf haar meer helderheid over wat ze wil, en hielp haar om moeilijke en onzekere kwesties concreet en hanteerbaar te maken. Ze kreeg het inzicht dat het mogelijk is haar leven opnieuw op te bouwen en een toekomstperspectief te ontwikkelen. Daarnaast ontdekte ze dat ze anderen kan ondersteunen door haar eigen ervaringen en inzichten te delen. Door de METT, in combinatie met haar vrijwilligerswerk, voelt ze zich vrijer en meer ontspannen. Elementen uit de training past ze actief toe in haar dagelijks leven. Een ander belangrijk resultaat is dat ze heeft geleerd, is te erkennen dat het goed met haar gaat, trots te mogen zijn op wie ze is, en dat ze er mag zijn. Ze heeft handvatten gekregen om haar gevoelens en successen te benoemen en werkelijk te ervaren. Ook heeft ze strategieën ontwikkeld om om te gaan met stigma en om verbinding te maken met anderen. Respondent R4 sluit hierbij aan en benadrukt dat de training herkenning en zelfinzicht bevordert, zowel op individueel niveau als in relatie tot anderen. *‘De METT biedt deelnemers de mogelijkheid om diepgaandere gesprekken te voeren met hun begeleiders over wat er echt toe doet’*, aldus R4. Hij geeft aan dat hij sindsdien met zijn begeleider vooral onderwerpen bespreekt die betekenisvol zijn voor zijn leven en beleving ervan (R4, 11 juli 2024).

7.5.1.1 Vergroten zelfvertrouwen en ontstaan collectief empowerment

De training vergroot het zelfvertrouwen en moedigt deelnemers aan om hun wijk te verkennen. Daarnaast stimuleert het hen om vrijwilligerswerk te doen of een opleiding tot ervaringsdeskundige te volgen en elkaar daartoe aan te sporen. Op collectief niveau ontstaat er empowerment, zichtbaar in de behoefte om samen te komen en gezamenlijk een opleiding tot ervaringsdeskundige of facilitator te volgen.

7.6 Analyse implementatie van de METT

Het organiseren en het uitvoeren van de training vraagt de aandacht. Mede door de benodigde voorbereiding en nauwe samenwerking tussen de facilitators is de METT tijdrovend en arbeidsintensief en daardoor ook kwetsbaar. Bij ziekte bijvoorbeeld van de facilitator is er nagenoeg geen vervanging aanwezig. De facilitators kunnen dan niet terugvallen op een (eigen of gezamenlijke) facilitatorspool. De druk wordt gevoeld en de verantwoordelijkheid rust op de schouders van een kleine groep facilitators. Verder wordt op verschillende manieren door Lister, de Tussenvoorziening en het Leger des Heils gewerkt aan de implementatie en de opschaling van de ‘Maak je Eigen Thuis training’ (METT), zowel in de stad Utrecht als in de regio U16. De inhoud is vrijwel identiek; alleen de vorm en de methode van werving verschilt. De ‘methode de Tussenvoorziening’ waarbij (potentiële) deelnemers persoonlijk benaderd worden en waarbij eveneens bijgehouden wordt of en in welke fase van een eigen huis (of anderszins) de training met resultaat gegeven kan worden én deelnemers nagebeld worden als ze niet deelnamen, werkt. Het resulteert in

vertrouwen in de facilitator; laagdrempeligheid van de training en vertaalt zich in de uiteindelijke opkomst en afronding van de METT. De kracht zit in het persoonlijk contact en de verbinding die gelegd wordt.

Lister werft de METT-deelnemers op een andere manier dan de Tussenvoorziening. De facilitator kan niet rechtstreeks de deelnemers werven. (Alleen) teams kunnen cliënten in Beschermd Thuis aanmelden voor de METT. De facilitator van de METT heeft flyers ontwikkeld en verspreid deze onder Beschermd Thuis teams en maakt de trainingen bekend op intranet. De begeleidingsteams werven vervolgens de deelnemers. Niet altijd is het de begeleidingsteams goed duidelijk waar de METT over gaat en welke cliënten voor de METT in aanmerking kunnen komen. De aanmeldingen lijken terug te lopen. De METT die wordt aangeboden door Lister in Kanaleneiland is specifiek, daarbij kan de deelnemer samen met de begeleider komen. Ook zijn buurtbewoners uit de wijk uitgenodigd voor deelname. De METT die in Kanaleneiland uitgezet is, is niet doorgegaan vanwege te weinig aanmeldingen. De training zou door Lister en het Leger des Heils worden gegeven vanuit het 'Thuis in je Wijk'- programma. *'Dit is echt een moeizaam punt, je zou hier echt een pr-persoon op zou willen hebben'*, aldus de METT-facilitator. In februari 2025 start de eerste METT in regio Utrecht-West. De aanbesteding hiervoor is verdeeld onder het Leger des Heils, de Tussenvoorziening en Lister. Deze partijen trekken hierin nauw met elkaar op. De facilitators werken met elkaar samen ongeacht van welke organisatie ze komen: de METT wordt gegeven door Lister medewerkers en een Tussenvoorziening medewerker. De facilitators van de drie organisaties kunnen echter niet terugvallen op een trainingsbureau dat de werving doet. De kracht van alle METT's, zowel van de Tussenvoorziening, Lister en het Leger des Heils, en de gezamenlijke, is het werken met ervaringsdeskundige co-facilitators. Zij breken het ijs; zorgen voor herkenning en fungeren als rolmodel.

7.6.1 Productontwikkeling op maat gemaakte trainingen METT

Ten aanzien van productontwikkeling is het van belang om de door de respondenten genoemde implementatievoorwaarden voor de facilitators en voor de METT als zodanig, zorgvuldig te volgen. Dit houdt in dat facilitators voldoende ervaring moeten opbouwen. Namelijk om de METT goed onder de knie te krijgen, moet een facilitator de training minstens vier keer hebben gegeven. Deze ervaring helpt om de training goed te beheersen en te voorkomen dat je te snel door de stof gaat. Naast de facilitators zijn er vaste ervaringsdeskundige co-facilitators nodig. Het is van belang om zuinig om te gaan met ervaren (co-)facilitators, gezien hun cruciale rol. Wat betreft de opleiding van facilitators; dit vraagt tijd en energie. Aangezien facilitators slechts vier uur per week hebben om zich hierop te richten, kan het een uitdaging zijn om hen adequaat op te leiden⁴⁹. Het is daarnaast belangrijk dat facilitators elkaar ondersteunen. Een nieuwe facilitator moet minimaal twee keer meelopen met een ervaren collega om de training goed onder de knie te krijgen. De administratieve kant en persoonlijk contact spelen ook een belangrijke rol. Het nauwkeurig bijhouden van administratie, zoals evaluatieformulieren en de (contact)informatie van deelnemers, helpt om gericht uitnodigingen te versturen en deelname aan de METT te stimuleren. Eén van de facilitators houdt in de gaten waarom iemand niet komt opdagen of juist wel deelneemt. Dit persoonlijke contact en deze benadering van de deelnemers werkt voor de deelnemers en voor de deelnamegetrouwheid van de METT. Verder is het belangrijk om de motivatie om te leren te stimuleren, zowel bij de deelnemers als bij de facilitators zelf. Het delen van ervaringskennis draagt bij aan deze motivatie en speelt een grote rol in het succes van de training.

Het lijkt haalbaar om met voldoende facilitators jaarlijks drie METT-bijeenkomsten vanuit de Tussenvoorziening te organiseren, waarbij ze naar schatting ongeveer 20 deelnemers per jaar kunnen bereiken. Meestal hebben ze 5 tot 7 deelnemers per training. Randvoorwaardelijk is het hebben van afdoende facilitators. Beoogd, starten in 2025 de METT in de regio in samenwerking met het Leger des Heils,

⁴⁹ METT-facilitator opperde op 29 januari 2025 het belang van een coördinator die locaties kan regelen, deelnemers kan werven en werkboeken kan maken.

Lister en de Tussenvoorziening. Echter is het team nu aan de kleine kant en is het goed om meer facilitators op te leiden.

7.7 Analyse van de training 'Skillslab landen in de wijk'

De training 'Skillslab landen in de wijk' is gericht op (sociaal) professionals met focus op empowerment, het bewerkstelligen van verantwoordelijkheid en regie door de cliënten in Beschermd Thuis en op onderlinge samenwerking. De Skillslab training draagt bij aan empowerment van cliënten in Beschermd Thuis én het draagt bij aan de versterking van samenwerking tussen zorgpartijen. De organisatie en de inbedding van de training vraagt echter structurele aandacht.

De bevindingen uit de training zijn gevalideerd. Voor de evaluaties zijn vragenlijsten ontwikkeld en bijgesteld, en de verzamelde data is geanalyseerd. Facilitators en ontwikkelaars zijn meerdere keren geïnterviewd via semigestructureerde interviews. Daarnaast is beleidsinformatie over de aanloop en ontwikkelingen van 'Thuis in de Wijk' van de gemeente Utrecht/U16 onderzocht in het kader van de literatuurverkenning. Tot slot is ook het proces van de doorontwikkeling van de training 'Skillslab Landen in de Wijk' in kaart gebracht en is er draagvlak gecreëerd voor verdere productontwikkeling van deze training, bedoeld voor (sociaal) professionals binnen onder andere Beschermd Thuis.

De training is sinds 2022 acht keer gegeven en heeft minimaal 64 deelnemers gehad. Met betrekking tot de training 'Skillslab landen in de wijk' tekenen zich positieve effecten af voor (sociaal) professionals en deze werken weer door in de wijze waarop zij hun cliënten begeleiden. Tegelijkertijd zijn er ook uitdagingen in de opzet en de implementatie van de training. Het belang van investering wordt erkend, met name in het verduidelijken van financiële afspraken en er is een wens om de training te integreren in bestaande structuren. Daarnaast wordt overwogen om het aantal deelnemende disciplines uit te breiden. De training is effectief gebleken in het versterken van de samenwerking tussen (sociaal) professionals en in het vergroten van bewustwording over hun rol in de (ambulante) begeleiding van cliënten en cliënten in Beschermd Thuis. Het leidt tot reflectie en inzicht in krachtgericht werken en het meer regie leggen bij de cliënt in Beschermd Thuis. De evaluaties van de training 'Skillslab landen in de wijk' tonen aan dat er behoefte is aan verdere onderlinge uitwisseling van ervaringen en casuïstiek, en dat dit een belangrijke meerwaarde vormt. Niet alle onderwerpen zijn in eerste instantie makkelijk te bespreken, bijvoorbeeld het onderwerp stigma, waarbij medewerkers zichzelf in eerste instantie niet als stigmatiserend beschouwen. De deelnemende (sociaal) professionals van de training 'Skillslab landen in de wijk' zoeken naar toepassingen. Ze vragen zich in eerste af wat ze komen halen. Het delen van ervaringen wordt als prettig ervaren. De training 'Skillslab landen in de wijk' geeft kaders waarbinnen de gesprekken plaatsvinden. Er is verbinding met elkaar als blijkt dat de deelnemers elkaar aan kunnen vullen op dit thema vanuit eigen professionele expertise. Er treedt bewustwording en reflectie op over in hoeverre cliënten zélf de overstap naar zelfstandig wonen ervaren. Ze krijgen ook meer begrip voor elkaar als er verhalen worden gedeeld en casussen worden besproken. Er treedt eveneens herkenning op bij het uitwisselen van ervaringen. Er is veel begrip voor elkaars praktijk/realiteit. Deelnemers aan de 'Skillslab training' ervaren een sterke behoefte om hun verhalen te delen en ervaringen uit te wisselen, en zijn blij met de geboden mogelijkheid hiervoor. Het is zowel verhelderend als nuttig om inzicht te krijgen in elkaars 'opgaven' met betrekking tot de overgedragen cliënten. Ook over de verdeling van taken en verantwoordelijkheden; afspraken over de reikwijdte, contracten en financiering rond de overname van zorg, begeleiding en huisvesting. De aangeboden theorie en de vertaalslag daarvan naar de praktijk wordt als waardevol en aanvullend beschouwd. Wat doe je verder als organisatie met de trainingen? Deze vraag is meerdere malen in de evaluatie benoemd. De gezamenlijke 'routekaart'⁵⁰ spreekt nog niet tot de verbeelding. Het bestaat op papier; is het bruikbaar en op welke manier?

⁵⁰ Deze routekaart wordt inmiddels niet meer gebruikt; is vervangen door de zogenaamde W.I.J.C.K.-wijze, aldus kwartiermaker (21 februari 2025); bijlage 3.

7.8 Analyse van de trainingen METT en 'Skillslab landen in de wijk' door middel van het model Participatieladder

In de analyse is voornamelijk gewerkt vanuit een deductieve benadering, waarbij gebruik is gemaakt van bestaande literatuur en zijn theorieën getoetst. Voor de trainingen is daarnaast deels een inductieve werkwijze toegepast. Hierbij is de 'participatieladder' aangevuld en gedeeltelijk verder ontwikkeld op basis van patronen en thema's die uit de trainingsdata naar voren kwamen. Verhoeven (2023) omschrijft het proces van theorieontwikkeling als volgt: 'De laatste stap is het ontwikkelen van een meer algemene theorie of verklaring die voortvloeit uit de geïdentificeerde patronen en thema's, gevolgd door reflectie. Thematische analyse is een reflexief proces' (Verhoeven, 2023).

De participatieladder, 'vaak gebruikt als uitgangspunt voor cliënten- en patiëntenparticipatie', is gehanteerd als basis (Impuls Onderzoek, 2023). Voor het organiseren van cliëntenparticipatie in Beschermd Thuis wordt gebruikgemaakt van deze participatieladder; de ladder onderscheidt vijf niveaus van participatie, waarbij de invloed van cliënten toeneemt naarmate een hoger niveau wordt bereikt. De ladder wordt toegepast door eerst de relevante stakeholders in kaart te brengen, gevolgd door een afweging met wie samenwerking wenselijk en effectief is. Op elk niveau wordt onderzocht hoe cliënten en hun netwerk actief betrokken kunnen worden bij de begeleiding en besluitvorming.

Voor het analyseren van de ontwikkeling van trainingen en het betrekken van sleutelpersonen blijkt een aanvullende stap in het model noodzakelijk. Deze extra trede sluit aan bij de overgang van Beschermd Thuis naar zelfstandig(er) wonen en markeert de beweging van empowerment naar participatie, waarbij de regie over het eigen leven toeneemt. In het licht van de verschuiving naar Beschermd Thuis en de nadruk op zelfsturing en betrokkenheid, is het toevoegen van een extra trede in het model logisch en wenselijk. Deze nieuwe trede, weergegeven in rood, luidt: 'zelf beslissen; eigen regie en cliënt'.

Participatieladder		Stakeholders
Meedoen	Voert samen met jou uit	Begeleiders
Meebeslissen	Beslist (mee) wat er gaat gebeuren	Management/organisatie. (<i>Veelal cliënt (nog) niet</i>).
Meedenken	Mag meedenken	Cliënt
Zelf beslissen	Eigen regie	Cliënt in Beschermd Thuis
Meeweten	Wordt geïnformeerd	Wmo/ gemeente

Cliënten in Beschermd Thuis kijken in dit onderzoek vanuit een ander perspectief naar de begeleiding dan de (sociaal) professionals zelf. Het hebben van ervaringskennis of het zijn van een ervaringsdeskundige speelt een belangrijke rol en draagt bij aan het vormgeven van de begeleiding binnen Beschermd Thuis. Ook het inzetten van hun kennis en ervaringen draagt bij aan het ontwikkelen van cliëntgerichte trainingen.

“Met een eigen huis kan je de cirkel
doorbreken”

8 Conclusies en aanbevelingen

In dit hoofdstuk worden de hoofdvraag en de deelvragen beantwoord. De centrale onderzoeksvraag luidt: hoe draagt empowerment bij aan het vergroten van de eigen regie en participatie van cliënten die in Beschermd Thuis wonen in Utrecht? Gebaseerd op de definitie van empowerment van Van Regenmortel (2008) kan geconcludeerd worden dat empowerment van cliënten in Beschermd Thuis een proces van maatwerk is. In dit proces winnen cliënten in Beschermd Thuis en in (ambulante) begeleiding in de wijk, samen met betrokken formele en informele organisaties, vertrouwen en regie (terug) binnen hun netwerk, werk, eigen (t)huis en leefomgeving. Dit wordt onder andere gerealiseerd door het bevorderen van participatie en het vergroten van eigen regie en (zelf)bewustzijn ten aanzien van de persoonlijke situatie.

Uit de beide trainingen, de interviews en de literatuurverkenning blijkt dat er een sterke behoefte is aan betekenisgeving en zingeving bij cliënten. Een zinvolle daginvulling en het ervaren van betekenis in het leven, worden gezien als de basis van empowerment. Een belangrijke vraag die naar voren komt, is wat (sociaal) professionals nodig hebben om empowerment van cliënten in Beschermd Thuis en cliënten in (ambulante) begeleiding anderszins te realiseren en de integratie in de wijk te bevorderen. Het wordt duidelijk dat een goede (sociaal) professional niet alleen ondersteuning biedt, maar ook de intrinsieke motivatie van de cliënten aanmoedigt om hun eigen regie en participatie te versterken, wat bijdraagt aan hun welzijn en autonomie.

Het is belangrijk om, zoals Olthof (2024) het begrip ‘andersheid’ omschrijft, niet te streven naar aanpassing aan de norm of aan het idee van ‘hard werken om normaal te zijn’. Er zou gepleit moeten worden voor een herziening van het inclusiebegrip, waarbij ruimte wordt gemaakt voor diversiteit en ‘andersheid’. Inclusie is niet gebaseerd op uniforme standaarden, maar op maatwerk en de erkenning van ieders unieke positie.

Toepasselijk noemen Wilken en Den Hollander (2019): ‘Sense of belonging, being, becoming’ dat nodig is in het nemen van eigen regie en het participeren van cliënten in Beschermd Thuis en cliënten in de wijk anderszins. Echt landen in de wijk en je thuis voelen kan bemoeilijkt worden door gevoelens van uitsluiting en de mentale uitdagingen die gepaard gaan met het opbouwen van een (nieuw) leven in een eigen huis. De ervaring van zelfstigma en het (soms) langdurige proces van acclimatiseren, maken dat de overgang naar een eigen huis mentaal belastend kan zijn. Het benadrukt eveneens de noodzaak van maatwerk in de (ambulante) begeleiding en bij het goed aansluiten bij de behoeften van cliënten in Beschermd Thuis. Sommige cliënten ervaren het wonen en de verplichte begeleiding van Beschermd Thuis als betuttelend en onvoldoende gericht op autonomie met een abrupte overgang na twee jaar. Ook voelen cliënten zich soms verplicht tot bepaalde regelingen, wat hun autonomie verder zou inperken. Een ander punt van zorg is de (mentale) gezondheid en zelfredzaamheid van medebewoners en medecliënten. Sociale netwerken, relaties en bestaans(on)zekerheid spelen eveneens een rol in dit proces, vooral met betrekking tot de financiële situatie en schuldhulpverlening. Het versterken van netwerken is hierbij van belang voor mensen in kwetsbare posities; de METT draagt hieraan bij.

Een deel van het antwoord op de hoofdvraag wordt gegeven in deelvraag 3, waarbij onderzocht wordt in hoeverre een sociale basis waarin (nauw) samengewerkt wordt tussen de informele en formele zorg in de wijk, de toegankelijkheid ervan vergroot en ‘eigen regie-versterkend’ en ‘participatie-bevorderend’ is voor cliënten in Beschermd Thuis. Hierbij wordt gekeken naar de samenwerking tussen formele en informele zorg in de wijk en of deze bijdraagt aan de participatie en het versterken van de eigen regie van cliënten in Beschermd Thuis. In deze conclusie worden de deelvragen 1 en 2 beantwoord en samengebracht. In 8.1. en 8.2. wordt ingegaan op de specifieke conclusies van de METT en de ‘Skillslab landen in de wijk’.

8.1 Conclusies ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT)

Deelvraag 1

Hoe de ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT) op individueel niveau bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie.

De conclusies van de ‘Maak je Eigen Thuis Training’ (METT) richten zich op de mate waarin de METT bijdraagt aan het versterken van eigen regie en het bevorderen van participatie op cliëntniveau in Beschermd Thuis. Daarbij is onderzocht of de training als empowerend wordt ervaren door de deelnemers, facilitators en betrokken (sociaal) professionals. Deelvraag 1: hoe de METT op individueel niveau bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie, wordt beantwoord. Evenals de vraag in hoeverre de verwachte resultaten en effecten van de METT zijn behaald. De beoogde resultaten betreffen de versterking van kennis over participatie, empowerment en het bevorderen van eigen regie binnen Beschermd Thuis. De resultaten hebben daarnaast betrekking op de bevindingen die getoetst zijn en op het draagvlak dat gecreëerd is voor productontwikkeling voor zowel cliënten in Beschermd Thuis als de (sociaal) professionals. Daarnaast zijn de trainingen op maat ontwikkeld voor de cliënten in Beschermd Thuis en de (sociaal) professionals. Tot slot worden de bevindingen gedeeld met de geïnterviewde respondenten; cliënten in Beschermd Thuis, Utrechtse zorgpartijen, de Initiatiefgroep Beschermd Thuis van hogeschool Utrecht, het Kennisplatform Utrecht Sociaal (kUS) en aangereikt in afstudeerkring van Hogeschool Utrecht over het Beëindigen van Dakloosheid.

In antwoord op de deelvraag hoe de METT op individueel niveau bijdraagt aan het versterken van eigen regie en participatie, kan worden geconcludeerd dat de oefeningen binnen de METT hier op gericht zijn. Het draagt, in elk geval op de korte termijn, bij aan het vergroten van eigen regie en participatie. Daarnaast vergroot de METT de kennis van deelnemers, ondersteunt het de ontwikkeling en/of versterking van vaardigheden in de praktijk, en helpt het het risico op terugval te verkleinen tijdens de uitstroom- en overgangsfase van Beschermd Thuis naar Gemengd Wonen of zelfstandig wonen anderszins. Door de bewustwording die de METT creëert, lukt het deelnemers om zichzelf beter te leren kennen en meer regie ervaren over hun leven. De feedback van deelnemers aan de METT impliceert dat zij de training als waardevol hebben ervaren en denken dat de training hen heeft geholpen. Binnen de context van METT is de training ‘Skillslab landen in de wijk’ een waardevolle aanvulling voor (sociaal) professionals.

In het onderzoek zijn twee groepen cliënten geïnterviewd: één groep die de METT heeft gevolgd en één groep die dat niet heeft gedaan. Uit de analyse komt naar voren dat er geen duidelijke verschillen waarneembaar zijn tussen beide groepen. Betekent dit dat het al dan niet volgen van de METT geen verschil maakt? En moeten we concluderen dat er geen effect is van de training? Nee, zo’n conclusie is op basis van dit onderzoek niet gerechtvaardigd.

De respondenten uit Beschermd Thuis die de METT níet hebben gevolgd, geven aan dat zij betekenis ervaren in hun leven. Zij beschikken over (passend) werk of een zinvolle daginvulling, en een sociaal netwerk – hoewel de omvang en intensiteit van dat netwerk varieert. Mogelijk hangt dit samen met het wonen in een Gemengd Wonen-community en de onderliggende benadering van inclusie en participatie, die eveneens ondersteunend kan zijn in herstel en empowerment. Een belangrijke kanttekening is dat een aantal METT-deelnemers meerdere keren is geïnterviewd: tijdens de training en één of twee keer na afloop. De cliënten die de training niet volgden, zijn slechts één keer geïnterviewd. Het feit dat sommige cliënten die de METT niet volgden en instemden met deelname aan een interviews, kan mogelijk ook iets zeggen over hun persoonlijkheid, motivatie of pro-activiteit. Daarnaast geeft dit onderzoek geen inzicht in de mogelijke langetermijneffecten van de METT. Of de training op langere termijn verschil maakt in het empowermentproces is niet onderzocht.

Tijdens de interviews is het onderwerp van landelijke opschaling van de METT nauwelijks ter sprake gekomen. De focus ligt momenteel volledig op de opschaling naar de regio, wat alle aandacht vereist. Het is niet ondenkbaar om het trainingsconcept landelijk uit te rollen, maar het is te vroeg om deze conclusie te trekken. Daarnaast zijn de conclusies en aanbevelingen van deel A: 2022 en 2023 nog steeds actueel (Baas, 2023) en in lijn met de conclusies van deel B: 2024.

Tot slot, de METT gericht op empowerment ter versterking van de eigen regie en bevordering van participatie, maakt in 2025 en 2026 deel uit van de leeragenda van het Kennisplatform Utrecht Sociaal (kUS) in samenwerking met de Initiatiefgroep Beschermd Thuis, cliënten in Beschermd Thuis, ervaringsdeskundigen, aanbieders van Maatschappelijke Opvang, Beschermd Thuis en individuele begeleiding, beleidsadviseurs, kenniscentra, onderzoekers en Hogeschool Utrecht⁵¹.

8.2 Conclusie training 'Skillslab landen in de wijk'

Deelvraag 2

Hoe draagt de training 'Skillslab landen in de wijk', gericht op (sociaal) professionals bij aan empowerment op cliëntniveau in Beschermd Thuis?

Het participatief onderzoek naar de training 'Skillslab landen in de wijk' geeft antwoord op de deelvraag hoe empowerment, via deze training gericht op (sociaal) professionals, bijdraagt aan het vergroten van eigen regie en participatie van cliënten in Beschermd Thuis. Hierbij is onder andere onderzocht of de training als empowerend wordt ervaren door de facilitators/ontwikkelaars en de betrokken (sociaal) professionals. De conclusie is dat de training 'Skillslab landen in de wijk' waardevolle inzichten biedt voor (sociaal) professionals in onder andere Beschermd Thuis wijk en bevorderlijk is voor de samenwerking tussen zorgorganisaties. De verwachte resultaten en effecten van het 'Skillslab' zijn gerealiseerd. Bevestigend, de training is op maat gemaakt voor de (sociaal) professionals werkzaam in Beschermd Thuis, door de betrokken zorgaanbieders, waaronder het Leger des Heils, de Tussenvoorziening en Kwintess. Het doel om de samenwerking tussen deze partijen te versterken en kennis te delen over thema's als eigen regie, zelfredzaamheid, en herstel/ krachtgerichte begeleiding wordt met de training gerealiseerd. Dat geldt ook voor versterking van kennis over participatie, empowerment en het bevorderen van eigen regie binnen Beschermd Thuis onder de deelnemers van de training 'Skillslab landen in de wijk'. Het doel om kennis en ervaringen uit te wisselen over de training, over ambulante begeleiding en cliënten in Beschermd Thuis, ook als zij niet openstaan voor ambulante hulp.

Er wordt gewerkt aan een doorontwikkeling van de training, waarbij een toolbox en carrousel van trainingen wordt overwogen. De training sluit aan bij het bredere programma 'Thuis in je Wijk', waarbij verdere inbedding en samenwerking wordt gezocht met partijen als Buurtteams, het Leger des Heils, en mogelijk Woonin. Wel roept het de vraag op wie de training aanbiedt, hoe de deelnemers worden geworven en hoe de financiering kan worden geregeld? Los daarvan is er behoefte aan meer dan alleen de training. Aangegeven is om zogenaamde 'hubs' in de wijk te ontwikkelen waar activiteiten kunnen worden georganiseerd.

⁵¹ Op 10 april 2025 is hierover een inspiratiebijeenkomst gehouden.

“Mensen moeten het gevoel krijgen dat ze iets kunnen bijdragen en dat ze niet tot last zijn. Dit gevoel van overbodigheid nemen ze hun hele leven al mee”

9 Aanbevelingen

Op basis van het participatief actieonderzoek naar de trainingen METT en 'Skillslab landen in de wijk', zijn de aanbevelingen – op basis van gedeelde inzichten, ervaringen en verhalen - samen met de deelnemers, facilitators/ ontwikkelaars, cliënten en (activerend) begeleiders opgesteld. Dit zorgt ervoor dat de praktijkgerichte aanbevelingen goed aansluiten bij de leefwereld van de betrokkenen en direct toepasbaar zijn in de praktijk.

9.1 Aanbevelingen 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT)

- Organiseer pop-up sessies samen met de begeleiders. Betrek de begeleiders actief; wat kunnen ze samen met de cliënt doen tijdens de pop-up sessie? Houd het echter overzichtelijk en niet te breed. Begrijp waarom deelnemers wel (of niet) komen. Dit kan het begin zijn van een bewustwordingsproces (METT-facilitator, 30-5-2024);
- Maak de pop-up verplicht; opdat de deelnemers weten waar ze aan mee gaan doen;
- Onderzoek de variant van de METT, waarbij de deelnemer samen met de begeleider komt (METT-facilitator);
- Verdeel de krachten in de organisaties. Niet meer de verantwoordelijkheid van de training uitsluitend op de schouders van die ene facilitator laten rusten;
- Ga niet te snel en wil niet meteen te veel. De deelnemer moet (eerst) rust en veiligheid voelen;
- Er is meer aandacht nodig over wat het is om een eigen huis te hebben en wat het is om te (leren) voelen;
- Ook is er meer aandacht over praktische zaken nodig als wat het betekent om bijvoorbeeld een keuken te hebben? Maak dit onderdeel van de METT (Activerend begeleider, 30 oktober 2024);
- Benadruk in de METT het uitgangspunt de *'Bottom-line is dat je ertoe doet!'*;
- Heb aandacht voor eenzaamheid. *'Als je een tijd in de opvang verbleef, zeg de NOIZ, dan kan een eigen huis soms als een gevangenis voelen. Ook kan eenzaamheid de kop opsteken. Maak bijvoorbeeld gebruik van de ruimte en de catering van BUUR'* (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 oktober 2024);
- Verbind de METT met Thuis in je Wijk;
- Geef narratieve en krachtgerichte gespreksvormen een prominente plek in de training;
- Voer de voorgesprekken weer in; geef de ervaringskennis hierin een rol door bijvoorbeeld de inzet van herstelcoaches, persoonlijk begeleiders met ervaringskennis en ervaringsdeskundige facilitators;
- Integreer praktische wijkgerichte oefeningen en wijkwandelingen binnen de METT, waarbij deelnemers samen of onder begeleiding vaardigheden toepassen in de wijk. Dit vergroot hun zelfvertrouwen en versterkt de regie bij de overgang naar wonen in de wijk;
- Om de connectie met de wijk te versterken kunnen er ook naast de METT, extra oefeningen en kennismaking met de wijk geboden worden. Voor professionals worden er al regelmatig *'wijksafari's'* georganiseerd, dus waarom niet ook iets vergelijkbaars voor cliënten van Beschermd Thuis?
- Organiseer nazorg, eventueel in samenwerking met ervaringsdeskundige facilitators. Stel ook een inhoudelijke METT-checklist op met de volgende punten: hygiëne; voeding; activiteiten buitenshuis; budgetbeheer; en middelengebruik (R12).

9.1.1 Aanbevelingen deelnemers METT en activerend begeleiders

De deelnemers van de METT adviseren om nazorg door ervaringsdeskundigen te bieden na afloop van de training, waarbij ervaringsdeskundigen een actieve rol kunnen spelen, gericht op herstelondersteunende zorg naast de METT. Het betreft een groter geheel van interventies. Daarnaast stellen ze voor om een checklist op te stellen voor de opbouw en inhoud van de training. Ook moet er aandacht zijn voor bijvoorbeeld stilte in huis, cultuursensitiviteit en vooral voor de overgang naar Beschermd Thuis in de wijk. Laat (sociaal) professionals meedoen aan de training en van belang dat vanaf het begin gewerkt wordt met facilitators die ervaringsdeskundig zijn. Eén respondent vraagt specifiek aandacht voor de overgang naar Beschermd Thuis⁵². Hij (R12) oppert om zogenaamde *'uitstroom van opvang naar wonen-checklist'* op te stellen, zodat de uitstromer goed voorbereid in Beschermd Thuis instroomt. Zie de punten van deze checklist in de verdiepende studie (bijlage 1).

De aanbevelingen op rij:

- R18 geeft aan dat nazorg een essentieel punt is. Hij vraagt er al jaren om. De ervaringsdeskundige van *'Iedereen een Thuis'* zou hier een rol in kunnen spelen. Vanuit deze positie kunnen zij bijvoorbeeld een *'herstelgroep'* of *'eigen regiegroep'* opzetten onder coördinatie van ervaringsdeskundigen. Door één team van ervaringsdeskundigen te vormen, creëer je direct ook een pool voor de METT, wat de continuïteit en kwaliteit van de nazorg versterkt (R18, 16 oktober 2024);
- R12 bepleit aan om in de METT aandacht te besteden aan financiën, specifiek aan budgetbeheer⁵³;
- R1 vraagt meer aandacht voor stigma⁵⁴ en zou in de METT willen leren omgaan met stilte in huis (R1, 2 januari 2023);
- Activerend begeleider (AB) benadrukt niet te snel te willen in de training: bouw het tempo langzaam op. Daarnaast bepleit de activerend begeleider om de training cultuur-sensitief te maken en meer in en mét de wijk te organiseren. *'Twee cliënten hebben de METT gevolgd en hun feedback was niet positief: de sessies duren te lang; drie uur is niet vol te houden, het voelde te zweverig en het werd als kinderachtig ervaren'*. Verder werd aangegeven dat de METT te snel werd aangeboden. *'Eén cliënt woonde pas drie weken in zijn eigen huis en moest al deelnemen aan de METT. Dat is best snel, omdat iemand direct na de verhuizing vaak nog niet de ruimte voelt om mee te doen'*. Belangrijk om goed af te wegen wat passend is voor de doelgroep wanneer je de METT aanbiedt. Is het misschien beter om al voor de verhuizing te beginnen? Ook is het nodig om het hele team en de beschikbare ruimte optimaal te benutten. Organiseer de METT bij voorkeur op locatie, letterlijk in de wijk. Voer de opdrachten samen uit, met de groep in plaats van individueel. *'Geef cliënten de mogelijkheid om de opdrachten samen met iemand anders te doen, zoals een begeleider, groepsleden, familie, burens of andere bekenden. Het hoeft niet per se alleen'*⁵⁵. Houd de training praktisch, bijvoorbeeld door samen koffiedrinken te organiseren'. De METT kan als een *'cultuurding'* worden ervaren. *'Voor mensen met een niet-Nederlandse achtergrond, die de Nederlandse taal niet of weinig machtig zijn, kan het moeilijk zijn om aansluiting te vinden en de inhoud goed te begrijpen. Overweeg daarom om de METT ook aan te bieden aan reguliere bewoners binnen Gemengd Wonen, wat het onderlinge begrip en vertrouwen kan vergroten. Je kunt de reguliere bewoners ook betrekken bij de pop-up. Daarnaast moet je goed kijken naar de haalbaarheid van de METT voor kwetsbare cliënten.'*

⁵² Heeft niet per definitie van doen met de METT maar vormt een basis voor duurzame uitstroom naar *'het maken van een eigen thuis'*, aldus respondent.

⁵³ Dit gebeurt al in het voortraject van de VOIZ-academie.

⁵⁴ Maakt ook deel uit van het voortraject van de VOIZ-academie.

⁵⁵ Deelnemers worden in de gelegenheid gesteld om met een mede-deelnemer samen de opdrachten te maken.

Zorg ervoor dat het niet te groot, te hoog of te diep wordt, zodat het toegankelijk blijft voor iedereen' (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 oktober 2024);

- R2 heeft adviezen voor de METT die specifiek gaan over de overgang naar beschermd thuis. Begin al tijdens de opvang met de METT, dus in een vroeg stadium⁵⁶. *'Op het gebied van herstelgericht werken valt er namelijk veel te behalen. Halverwege de METT kan een korte evaluatie worden gedaan om te kijken waar je staat en of je al iets kunt doen met de opgedane kennis. Op basis hiervan kan worden bekeken of er aanpassingen of toevoegingen nodig zijn in de METT en/ of naast de METT, zodat er per groep maatwerk geleverd kan worden. De training zou meer moeten inspelen op de voortgang in iemands herstel. Het is belangrijk om de deelnemers te empoweren: hoe ga je het gesprek aan met je hulpverlening?' (R2, 2 januari 2023);*
- R3 wil graag dat juist ook professionals aan de training deelnemen; om het gevoel te hebben hoe het is om deelnemer te zijn en elkaar te begrijpen. *'Ook als leidinggevende groei je erdoor'.* Zij heeft behoefte aan een vervolg op de METT; *'iets dieper graven nu we de basis gehad hebben. Ook heel fijn om met deze groep verder te gaan. Was gezellig én serieus'* (R3, 6 januari 2023);
- R18 bepleit het passend inzetten, van meet af aan, van een ervaringsdeskundig begeleider. Deze persoon kan de cliënt begeleiden en bijvoorbeeld bijeenkomsten organiseren. Ook kan de ervaringsdeskundig begeleider die (al) de METT heeft gevolgd de initiële *'bewustwordingsgesprekken'*⁵⁷ doen. De ervaringsdeskundige ondersteuner, schaal 5, werkt bij de Tussenvoorziening niet vanuit een functieprofiel, aldus R 18. Hij wil graag erkenning voor zijn vak (R18, 16 oktober 2024).

9.1.2 Aanbevelingen voor de facilitators van de METT

De samenwerking tussen de facilitators is belangrijk, vooral met andere facilitators en co-facilitators, om de METT goed onder de knie te krijgen. Het kan in het begin lastig zijn om verantwoordelijkheden te delen. Facilitators kunnen veel leren van elkaar, zoals een facilitator van het Leger des Heils deed door samen te werken met facilitators van Lister. Het benutten van elkaars sterke punten is belangrijk: sommigen begrijpen het organisatorische aspect van de METT goed, terwijl anderen beter zijn in het afstemmen op de deelnemers. Hoewel sommige facilitators betrokken waren bij de pilot van de METT, zijn de pop-up onderdelen nog niet volledig uitgewerkt, wat flexibiliteit vereist. Samen trainen, zoals sommige facilitators doen, helpt ervaring op te bouwen en elkaar te ondersteunen. Het is belangrijk dat er altijd een begeleider/ (sociaal) professional en ervaringsdeskundige co-facilitator aanwezig zijn bij pop-up sessies. Zij kunnen het ijs breken door op een informele en herkenbare manieren te reageren, zoals: *'Ah man, ja, het is allemaal klote'*. (Activerend begeleider, persoonlijke communicatie, 30 oktober 2024).

9.2 Aanbevelingen voor de training 'Skillslab landen in de wijk'

Naar aanleiding van de evaluatie is het finetunen en het verder ontwikkelen van de training 'Skillslab landen in de wijk' een *ongoing* proces. Dit omvat onder andere het gebruik van evaluatieformulieren, het creëren van bewustwording en het doorvragen over wat medewerkers meenemen naar hun eigen praktijk. Ook omvat het het betrekken van woningcorporaties, het tijdig starten met werving en het aanpassen van de cursusfrequentie naar twee keer per jaar.

⁵⁶ Dit kan integraal met het voortraject van de VOIZ-academie.

⁵⁷ In maart 2025 worden de bewustwordingsgesprekken hervat in de vorm van *'toekomstgesprekken'*.

Aanbevelingen:

- De kern van de beweging naar een thuis in de wijk kan prominenter naar voren komen, waarbij de oorsprong en bedoeling van de ambulantisering en de bredere maatschappelijke beweging duidelijker wordt belicht;
- Benadruk waarom we doen wat we doen. Dit zal mede worden gekoppeld aan de overgang naar informele zorg en het belang van collectief werken;
- De training 'Skillslab landen in de wijk' is een gezamenlijk initiatief van alle betrokken partijen. De inhoud is flexibel en kan verder worden ontwikkeld. Dit vereist voortdurende dialoog met (sociaal) professionals en het regelmatig uitwisselen van ervaringen over onderlinge samenwerking;
- Ga met de betrokken partijen na wat goed werkt en wat verbeterd kan worden en welke onderdelen zij verder willen ontwikkelen. Er zijn er praktische tools, do's en don'ts, informatie of vervolgafspraken nodig. Neem bij de doorontwikkeling van de training 'Skillslab landen in de wijk' de meest impactvolle elementen mee, zoals het onderdeel over stigma in de wijk dat door Kwintes is ingebracht;
- Financiën: overweeg een vraag toe te voegen aan de training over kennis van financiële ondersteuning en betrek samenwerkende organisaties daarbij;
- Onderzoek de mogelijkheid om toe te werken naar een methodieontwikkeling van Skillslab Thuis in de Wijk;
- In hoeverre werkt de training in het Skillslab ook (indirect) empowerend voor de cliënten die door de deelnemers van het Skillslab worden begeleid? Een vervolgonderzoek zou hier meer duidelijkheid over kunnen geven;
- Aanbevelingen voor het vervolg en de doorontwikkeling van de training: met elkaar in gesprek blijven en blijven evalueren. Het is een training van alle partijen en de inhoud is niet in beton gegoten.
- Blijven uitwisselen hoe de betrokken partijen willen samenwerken; bespreken wat werkt; of er handige tools, do's en don'ts zijn.
- Is er informatie en/ of vervolgafspraken nodig? De eerste stap zetten om de (verborgen) vraag bespreekbaar te maken;
- Inhoudelijk bespreken hoe je de intrinsieke motivatie van cliënten kunt benaderen. Wat wil de cliënt zelf eigenlijk? Bijvoorbeeld als er belemmeringen zijn in de zin van 'wel willen, maar niet kunnen'; en 'wel kunnen, maar niet willen'. Hoe kan je cliënten die willen en kunnen, toeleiden naar activiteiten in de wijk?;
- Wat zijn de succesverhalen? Het helpt als er iemand is die vanuit de activiteit uitreikt, uitnodigt, en aansluit bij behoeftes en wensen. Dat vraagt iets van de manier waarop de activiteit georganiseerd is. Relatie onderhouden, vaste gezichten, nog een keer nabellen, kaartje sturen⁵⁸ (Trompetter, 2024);
- De aanbeveling van verschillende respondenten om weer te starten met de 'bewustwordingsgesprekken' is opgepakt. Deze worden met ingang van maart 2025 gegeven in de vorm van zogenaamde 'toekomstgesprekken';

⁵⁸ Tijdens het zogenaamde *brainstormoverleg* op 3 september 2024 is met alle betrokken partijen van het programma 'Thuis in je Wijk' onder andere de training 'Skillslab landen in de wijk' besproken. Er is stilgestaan bij de vraag welke onderdelen de partijen in de training terug willen zien en hoe de training geïntegreerd kan worden in het bredere programma 'Thuis in je Wijk'.

- Gericht toewerken in de nabije toekomst naar een samenwerking met Thuis in je Wijk;
- Meer aandacht en gerichte aandacht voor het oproepen en betrekken van deelnemers aan de METT.

9.3 Aanbevelingen voor de METT en de training Skillslab landen in de wijk

- Werk met een (nieuwe) visie die zich richt op betekenisvol leven en het versterken van sociale netwerken rondom cliënten. Kijk en begin bij de cliënt en zijn leven, en geef dit in de trainingen een centrale plaats;
- Versterk narratieve en krachtgerichte gespreksvormen in de trainingen. Zowel in de METT als in de training 'Skillslab landen in de wijk' worden narratieve en krachtgerichte gespreksvormen als positief ervaren. Van der Stel en Van Gool (2020) wijzen erop dat werken in netwerken complex is, en de verhalen en ervaringen van cliënten hierin essentieel zijn. Narratief begeleiden helpt deelnemers van de METT en deelnemers van de 'Skillslab landen in de wijk' indirect om hun ervaringen te verwerken en oude, niet meer bruikbare betekenisgevingen om te vormen naar nieuwe. Dit biedt houvast in hoe zij zichzelf en hun omgeving ervaren (www.socialeacademieutrecht.nl). Dit proces is waardevol voor herstel en kwaliteit van leven, zoals ook beschreven door Wilken en Den Hollander (2019). Narratief werken kan cliënten ondersteunen in hun herstelproces, vooral wanneer ze worstelen met identiteitsverlies door bijvoorbeeld een psychiatrische diagnose (Wilken & Den Hollander, 2019);
- Focus op 'versterken' in de trainingen. In beide trainingen kan het versterken van cliënten centraal staan. Daarnaast kan het onderwerp veiligheid, zowel emotioneel (omgaan met lijden en kwetsbaarheid) als fysiek (veiligheid op de woonlocatie) een plek in de trainingen krijgen;
- Zet sociale rechtvaardigheid en vermijding van bureaucratie eveneens centraal. Belangrijk om sociale rechtvaardigheid voorop te stellen en in de trainingen te positioneren. De 'mens-cliëntgerichte' karakter van het sociaal werk draagt bij aan (h)erkenning en het vergroten van eigen regie en participatie;
- Traumasensitief werken en het concreet werken met ervaringsdeskundigen in de trainingen op dit onderwerp;
- Het is bijzonder om samen trainingen te ontwikkelen, gezamenlijk verder te brengen en deze (meerdere keren) samen aan te bieden. Dit versterkt de onderlinge samenwerking aanzienlijk. Blijf dit doen; ook in ander type of nieuw te ontwikkelen trainingen;
- Werk samen met ervaringsdeskundigen en/ of ervaringsdeskundige facilitators in het ontwikkelen en uitvoeren van beide trainingen. Dit geldt niet alleen voor de METT, maar óók voor de 'Skillslab'-training. Empowerment en ervaringsdeskundigheid zijn nauw met elkaar verbonden, evenals empowerment en collectieve bewegingen binnen de wijk. Het model van Sophie Sergeant kan hierbij als leidraad dienen. Het werken met ervaringsdeskundigen kan georganiseerd worden volgens de participatieladder van Sergeant (2021):
 - o 'Ervaringsdeskundige organisaties fungeren als (mede)opdrachtgever en hebben zeggenschap over de inhoud en het proces;
 - o Ervaringsdeskundigen werken als partners samen met facilitators én onderzoekers en nemen gezamenlijk beslissingen;
 - o Ervaringsdeskundigen geven (gevraagd) advies en hebben een stem in de besluitvorming;
 - o Ervaringsdeskundigen delen hun ervaringskennis (cliënten denken en praten mee).
 - o Ervaringsdeskundigen worden op de hoogte gehouden van de resultaten van trainingen en onderzoek en uitkomsten ('weten mee'). Deze participatieladder is gebaseerd op de ladder voor burgerparticipatie van Arnstein, 1969' (Sergeant, 2021).

10 Dankwoord

Dank aan alle deelnemers aan de METT, alle 19 geïnterviewde respondenten in Beschermd Thuis; de respondenten die de Skillslab landen in de wijk gevolgd hebben; de (ervaringsdeskundige) facilitators en ontwikkelaars: Yvonne Beerenfenger, Lilian Bos, Babette den Oudsten, Virginia, Tim van Hoven Hazenberg, David de Goede; Astrid van Osenbruggen, Jerrol Beets, Boaz Siebesma; Sanne Wullums, Helma Ruitenbeek, Caroline Rijnveld, Marianne Post, Huis van Vrede, Aron Kroon, Josina Trompetter, Jan Berndsen, Martijn Kole, Emilia Hernandez Pedrero, Lex Staal, Hans Timmerman, Jan de Vries, Bouchra Tabitte, Bram Gootjes, Julia Muller, Edwin Luttik, Coline van Everdingen, Sandra Manintveld, Liek Rentrop, Jan Jans, Reinier Dijkstra, Mary van Termeij, Martin Roos, Goos Cardol en tot slot Nadine Langerak, Guusta van der Zwaard, Theo den Hertog, Juul Reinkink, en Mariel Kanne, Helga Veldhuizen, Kim van de Wetering, Lia van Doorn, Joanna Korfage, Dorieke Wewerinke en Fred, Ebbe en Brechtje Inklaar.

Referenties

Actiz (2012). Preventie en zorg. Nieuwe definitie gezondheid. Geraadpleegd op 18 januari 2025, van <https://leden.actiz.nl/ledennet-onderwerpen/gezondheid/openbaar/nieuwe-definitie-gezondheid>.

Adviescommissie Toekomst beschermd wonen (2015). *Van beschermd wonen naar een beschermd thuis*. Adviesrapport in opdracht van de Vereniging Nederlandse Gemeenten.

Adviespunt VN-verdrag Handicap (2025). *4 tips: Werken met ervaringsdeskundigheid volgens het VN-verdrag Handicap*. Geraadpleegd op 9 januari 2025, van <https://nietsoveronzonderons.nl/meer-over-het-vn-verdrag-handicap/onze-artikelen/4-tips-werken-met-ervaringsdeskundigheid-volgens-het-vn-verdrag-handicap/>

Arnstein, S. R. (1969). A Ladder of Citizen Participation. JAIP, Vol. 35, No. 4, July 1969, pp. 216-224.

Baas, I. (2023) *Evaluatie 'Maak je Eigen Thuis Training' (METT)*. Resultaten van deelonderzoek A: evaluatie van de METT.

Baarda, B. (2019) *Dit is onderzoek! Handleiding voor kwantitatief en kwalitatief onderzoek*. 3^e druk. Noordhoff Uitgevers Groningen/ Utrecht.

Beentjes, B. (2020). Hoe kies je de juiste tool voor patiënten/ cliëntenparticipatie? The Patient Safety Company. Geraadpleegd op 24 januari 2022, van <https://www.patientsafety.com/nl/blog/patientenparticipatie-selecteer-tool>.

Begemann & Vermaas (2013). *Zin in zelfredzaamheid. Zingeving en welbevinden in de Wmo*. Vilans: Utrecht.

Beroepsvereniging van professionals in sociaal werk (BPSW) (2021). *Beroepscode voor professionals in sociaal werk*. Uitgave Beroepsvereniging van professionals in Sociaal Werk (BPSW).

Beroepsvereniging van professionals in sociaal werk (BPSW) (2022). *Beroepsprofiel van de sociaal werker*. Uitgave Beroepsvereniging van professionals in Sociaal Werk (BPSW).

BMC (2021). *Rapport onderzoek opvangvoorzieningen*. In opdracht van gemeente Utrecht, namens de U16.

Boeijs, H., Bleijenbergh, I. (2023). *Analyseren in kwalitatief onderzoek*. Boom uitgevers.

Boesveldt, N. (2022). *Rapportage Voorkomen Herhaalde Dakloosheid regio Utrecht – derde ronde*.

Boesveldt, N., Palm, M. (2023). *Rapportage Voorkomen Herhaalde Dakloosheid. Rapportage vijfde meting van vijfjarig onderzoek naar recidive dakloosheid in Utrecht, meting 2023*.

Boevink W. (2006). *Stories of recovery. Working together with experiential knowledge in mental health care*. Utrecht: Trimbos-instituut.

Boevink, W. (2000). Deviant, Tijdschrift tussen psychiatrie en maatschappij, nummer 26.

Boevink, W. Kroon, H. Delespaul, P. & Van Os, J. (2016). Empowerment according to persons with severe mental illness: development of the Netherlands list and its psychometric properties. *Open journal of psychiatry*. Vol.7. no1.

Boevink, W. 2023. *Ontwikkeling en benutting van ervaringskennis en -kunde in Valente-organisaties*. Pag. 13-14.

Boogers, M.J.G.J.A., & Reussing, R. (2019). *Decentralisatie, schaalvergroting en lokale democratie*. Bestuurswetenschappen, 2. Pag. 22-46.

Beckerman, S., Westerveld, L. (2024). *Initiatiefnota dakloosheid. 'Er moet wat gebeuren, dit is mensenwaardig'*.

Bussemaker, J. et al. (26 november 2024). 'Wijkpreventie gebaat bij afstemming op vele niveaus'. Sociale Vraagstukken. Geraadpleegd op 9 januari 2025, van <https://www.socialevraagstukken.nl/aandachtswijken-hebben-multi-level-onderzoek-nodig/>

Cardol, G & Jansen, J (2022). *Recht doen aan sociale professionals*. Uitgeverij Coutinho.

Colburn, G. (2022). *Homelessness is a Housing Problem: How Structural Factors Explain U.S. Patterns* (University of California Press).

College voor de Rechten van de Mens (2016). *Armoede, Sociale Uitsluiting en Mensenrechten*.

College voor de Rechten van de Mens (2018). *Huisvesting. Het recht op behoorlijke huisvesting in Nederland*. Geraadpleegd op 9 januari 2025, van <https://publicaties.mensenrechten.nl/file/07a72167-cc4c-4634-8b83-0db77ddbe70f.pdf>.

COOAB 2.0. (z.d.). *Coördinerend Orgaan Opleidingen Agogische Beroepen in de ggz*. Geraadpleegd op 18 december 2024, van <https://cooab.nl/>.

De Tussenvoorziening (2017). *Projectplan Tango*.

De Tussenvoorziening (2020). *VOIZ-academie projectplan*.

De Tussenvoorziening (2020). *Ervaringsdeskundigheid ontwikkelen binnen de Tussenvoorziening*.

Instituut voor interventiekunde (2020). Digitale kenniskaarten Appreciative Inquiry.

Eerst een Thuis, (2023). Geraadpleegd 11 januari 2025, van [Springplank: werk betekent inkomen. zelfvertrouwen en zelfredzaamheid | Voorbeelden en ervaringen | Eerst een thuis.](#)

Eickholt, W., (2017). *Wat ik nou toch heb meegemaakt. Verslag van een jaar dakloosheid*.

Eickholt, W. Video: *Als je dakloos bent*. (20 september 2019). De Nuk.

Eigen Kracht Centrale (2020). *Eigen Kracht-conferentie voor individuen en families. Samen een plan maken..., samen beslissen..., ...Over de toekomst!*

General Comment No. 7 (2018). *On the participation of persons with disabilities, including children with disabilities, through their representative organizations, in the implementation and monitoring of the Convention*.

FEANTSA (1april 2025). ETHOS Typology on Homelessness and Housing Exclusion. Geraadpleegd op 6 januari 2025, van <https://www.feantsa.org/en/toolkit/2005/04/01/ethos-typology-on-homelessness-and-housing-exclusion>.

Gemeente Utrecht (2016). *Regionaal veranderplan opvang en beschermd wonen. Handreiking Regionaal plan van aanpak beschermd wonen en maatschappelijke opvang: een taak voor alle gemeenten.*

Gemeente Utrecht (2016). *Utrechtse uitgangspunten voor onderlinge (financiële) samenwerking in de U16-regio.*

Gemeente Utrecht (Juli 2017). *Regionale koers maatschappelijke opvang en beschermd wonen U16. Van wonen in een instelling naar zelfstandig wonen met begeleiding.*

Gemeente Utrecht (2019) *Van regionale koers maatschappelijke opvang/beschermd wonen naar Regioplan MO/BW Utrecht-stad.*

Gemeente Utrecht (25 oktober 2019). *Raadsbrief G4 brandbrief stijgende dakloosheid.*

Gemeente Utrecht (2021). *Kernboodschap thuis in de wijk.*

Gemeente Utrecht (2021). *Samenwerking zorg sociale basis.*

Gilsing 2009, p.40 in Bestuurskunde 2013 (22) 3. Een gezin, een plan, een regisseur: de gemeente aan zet. Door Oude Vrielink, M., Koper, H. & Sterrenberg, L.

Rijksoverheid (2022). *Governancecode zorg.*

Groeidocument voor een nieuw opleidingsprofiel Ba-SW (23 augustus 2024). Gebaseerd op input van de LOO SW bijeenkomst van 26 januari 2024.

Ham, M. (14 november 2019). *Sociaal werk kan niet anders zijn dan tegendraads.* Geraadpleegd op 19 januari 2025, van <https://sociaal.net/achtergrond/sociaal-werk-tegendraads/>.

Hochstenbach, C. (2022). *Uitgewoond.* Das Mag.

Hogeschool Utrecht, Lectoraat Wonen en Welzijn. (2024). *Eerst een Thuis in regio. Ervaringen met een nieuwe aanpak van dakloosheid.*

Huber, M., Van Doorn, L., Davelaar, M. (2022). 'Lisbon declaration on combatting homelessness' in Sociale Vraagstukken. 24 maart 2022. Geraadpleegd op 18 oktober 2024, van <https://www.socialevraagstukken.nl/waar-we-staan-in-de-aanpak-van-dakloosheid-in-nederland/>

Huber, M. (2024). Samenvatting onderzoek 'Social Networks First?' Versie voor het Basisnetwerk Maatschappelijke Opvang van Valente, juni 2024.

Kal, D., Post, R., & Scholtens, G. (2012). *Meedoen gaat niet vanzelf. Kwartiermaken in theorie en praktijk.* Amsterdam: Uitgeverij Tobi Vroegh.

Kal, D. (2016). *Krachtig wonen in de wijk*. [Lezing]. Congres Aedes. Geraadpleegd op 18 oktober 2024, van https://www.kwartiermaken.nl/downloads/Aedes_2016_pdf.

Kampen, T. (17 oktober 2024). Inaugurele rede: *Gespleten loyaliteit. Sociaal werkers in morele nood*. Universiteit voor Humanistiek.

Kansfonds, Hogeschool Utrecht (2024). Iedereen telt mee! Resultaten tweede ETHOS-telling van dak- en thuisloosheid in 55 gemeenten. <https://www.kansfonds.nl/wp-content/uploads/2024/10/ETHOS-telling-2024-publieksrapportage.pdf>.

Kersthoud, J. en Paradies, G. (2014). Wat doen burgers in de participatiesamenleving? Openbaar bestuur. Geraadpleegd op 23-1-2022, van <https://core.ac.uk/download/pdf/31148972.pdf>

Koepel Gepensioneerden. (2015). De voordelen van de participatiesamenleving. Geraadpleegd 23 januari 2022, van https://www.koepelgepensioneerden.nl/wp-content/uploads/2020/01/De_voordelen_van_de_participatiesamenleving_Movisie_8_december_2015.pdf.

Kringwijs/ processen/ wijkexpeditie (2021). Geraadpleegd op 24 januari 2022, van <https://www.kringwijs.nl/processen-faciliteren/wijkexpeditie/>.

Kroon, H. *Psychiatrie en samenleving: zoeken naar verbinding*. Rede, 14 december 2018.

Landelijk Opleidingsdocument Sociaal Werk (2017).

Landelijk Opleidingsoverleg Bachelor Social Work (LOO) (23 augustus 2024). *Groeidocument voor een nieuw opleidingsprofiel Ba-SW*.

Leeman, E. (2020). *Netwerkpsychiatrie. Samenwerken aan herstel en gezondheid. Resourcegroepen als basis*. Boom Amsterdam.

Lewin, K. (1948) *Resolving social conflicts: Selected papers on group dynamics*. Edited by Gertrud Weiss Lewin. Harper & Brothers, New York.

Lister (2021). Thuis in de Wijk. Meerjarenbeleidsplan Lister 2022-2026 (zorginhoudelijk). Geraadpleegd op 13 juni 2023, van <https://www.lister.nl/wp-content/uploads/2022/09/Lister-Meerjarenbeleidsplan-2022-2026-Thuis>

Lister (2022). *Marco: De Boodschap resoneert Beperkt. Ervaren cliënten voldoende invloed binnen Lister?*

Lister (z.d.) Samen werken aan herstel. Geraadpleegd op 18 februari 2024, van <https://www.lister.nl/>

Lister (2023). Projectplan METT Utrecht West.

Lowdes, V., Pratchett, L. (2006). *CLEAR: Understanding Citizen Participation in Local Government – and How to Make it Work Better*. Local Governance Research Unit, De Montfort University, Leicester, United Kingdom. Geraadpleegd op 8 mei 2025, van https://www.researchgate.net/publication/228425528_CLEAR_Understanding_Citizen_Participation_in_Local_Government-and_How_to_Make_it_Work_Better

Meetellen (2024). Aanvullend advies Meetellen in Utrecht. Geraadpleegd op 19 januari 2025, van [aanvullend advies](#).

Meetellen Amsterdam (2020) Cliëntbeleving Resourcegroepen Amsterdam.

Meetellen (2024). *Vinden wat je nodig hebt. Ervaringen van Utrechters in een kwetsbare situatie met het aanbod en de vindbaarheid van financiële regelingen en activiteiten in de buurt*.

Movisie (17 februari 2017). Geraadpleegd op 10 januari 2025, van *Profiel Informele Onafhankelijke Cliëntondersteuners. Wat kunnen ze en wat doen ze?* Profiel-Informele-onafhankelijke-cliëntondersteuners [MOV-12211376-1.0].pdf (movisie.nl).

Rademakers, J. Naar een inclusieve samenleving. Geraadpleegd op 11 januari 2025, van <https://www.nivel.nl/nl/nivel-onderzoeksagenda-2025-2027/uitdaging-inclusieve-samenleving>.

Regionale quickscan sociaal domein (2021). Hogeschool Utrecht/ Movisie.

Neuteboom, J. (2018). Drift for transitions. Organiseren van transitie, zijn, zien en doen. Masterclass Transitie management. Erasmus Universiteit/ Drift.

Olthof, J. (2024). *'Hard werken om normaal te zijn'. Praktijken en illusies van inclusie*. UvA.

Overkamp, E. et al. (2020) Tussenrapportage quick scan T0 Reflectie- en leertraject van beschermd wonen naar beschermd thuis U16. Hogeschool Utrecht/ Movisie.

Peersupport Open Dialogue. Geraadpleegd 9 oktober 2021, van www.podnederland.nl.

Portaal. (z.d.-b). Onze gemengd wonen projecten. Geraadpleegd op 2 januari 2025 van <https://www.portaal.nl/over-ons/inclusieve-buurtten/onze-gemengd-wonen-projecten/>.

Post, M. (2024). Gezamenlijke routekaart. Lister

Phrenos, Projectgroep Plan van aanpak ernstige psychische aandoeningen (2014). *Over de Brug*. Kenniscentrum Phrenos.

Rapport Sociaal in Beweging (2022). *Empowerment van de sociaal professional als fundament. Advies van de verkenningcommissie Hogere Sociale Studies*.

De Vries, H. (17 augustus 2018. Gewijzigd op 16 november 2020). Psychiater Dirk de Wachter strijdt tegen ikkigheid en nikserigheid. Reformatorisch Dagblad. Geraadpleegd 10 januari 2025.

Regio Lekstroom (2020). Impactanalyse regio Lekstroom.

Ricoeur, P. (1992). *Oneself as Another*. The University of Chicago Press.

Regiegroep huis in je Wijk (2023). Uitvoeringsplan Thuis in je Wijk.

Regionale quickscan GGZ Sociaal Domein (2021) in Profiel-Informele-onafhankelijke-cliëntondersteuners [MOV-12211376-1.0].pdf (movisie.nl).

RVS (2020). Herstel begint met een huis. Dakloosheid voorkomen en verminderen. Geraadpleegd op 9 januari 2025, van <https://www.raadrvs.nl/documenten/publicaties/2020/04/21/herstel-begint-met-een-huis---dakloosheid-voorkomen-en-verminderen..>

SamenThuis2030 (2023). Whitepaper *Betekenisvol samenwerken met jongeren met ervaringskennis over (dreigende) dakloosheid. Een handleiding voor beleidsmakers.*

Schel, S. (2024). *Towards understanding what Dutch people in a socio-economically disadvantaged position need to enhance their living conditions*. Proefschrift ter verkrijging van de graad van doctor aan de Radboud Universiteit Nijmegen.

Sergeant, S. (2021). *Working Together, Learning Together, Towards Universal Design for Research.* Antwerpen/ 's Hertogenbosch Gompel & Scacina Uitgevers.

Sijbrandij, M. (2022). *Hulp van lotgenoot steunt vluchteling.* NRC, 13 en 14 augustus 2022

Stel, v.d. J., Gool, v. R. (2020). Ontwikkeling van professionele competenties. Van visie via onderzoek naar competenties. In *Netwerkpsychiatrie. Samenwerken aan herstel en gezondheid.* Boom | de Tijdstroom.

Taskforce EPA Midden Westelijk Utrecht (2015). *Volwaardig Burgerschap en Psychiatrie.*

Tonkens, E., De Wilde, M. (2013). *Als meedoen pijn doet. Affectief burgerschap in de wijk.* Van Gennep Amsterdam.

Tjaden, C.D. et al. (2020). Attachment as a framework to facilitate empowerment for people with severe mental illness. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice* published by John Wiley & Sons Ltd on behalf of British Psychological Society.

Tjaden, C.D. et al. (24 november 2020). Embracing the social nature of recovery: a qualitative study on the resource group method for people with severe mental illness. *Frontiers in Psychiatry.*

Trompetter, J. (3 september 2024). Verslag: Brainstorm Thuis in je wijk voor ambulant begeleiders die cliënten begeleiden met achtergrond ex-dakloosheid en bemoeizorg.

Valente (22 juni 2021). *Lisbon declaration.* Geraadpleegd op 9 januari 2025, van <https://www.valente.nl/nieuws/europa-tekent-voor-einde-aan-dakloosheid/>.

Valente (2023). *Kwaliteitsstandaard voor professionals in herstelondersteunende zorg.* Geraadpleegd op 18 januari 2024, van <https://www.valente.nl/wp-content/uploads/2023/10/Kwaliteitsstandaard-voor-professionals-in-herstelondersteunende-zorg-Valente.pdf>.

Valente (2022). Dossier participatie. Geraadpleegd op 9 januari 2025, van <https://www.valente.nl/themas/dossier-participatie/>.

Valente (2023). *Rapportage Staat van de nachtopvang.* Geraadpleegd op 9 januari 2025, van <https://www.valente.nl/kennisbank/onderzoek-staat-van-de-nachtopvang-2023/>

Valente (2025). *Receptenboek Wonen Eerst.* Werkgroep Wonen.

Van Regenmortel, T. (2022). *Rede: Bouwen aan een wetenschappelijke basis voor sociaal werk. Onderzoek dat ertoe doet!* Tilburg University.

Van Zutphen, M. (10 juli 2024) Hechting en identiteitsontwikkeling: hoe je hechting jouw zelfbeeld beïnvloedt. Geraadpleegd op 18 januari 2025 van <https://psycholoog.nl/blogs/hechting-en-identiteitsontwikkeling-hoe-je-hechting-jouw-zelfbeeld-beinvloedt> Identiteitsontwikkeling is het proces waarbij we een stabiel, verschillende hechtingsstijlen hebben een invloed op onze identiteitsontwikkeling.

Verhoeven, N. (2023). *Thematische analyse. Patronen vinden bij kwalitatief onderzoek*. Boom uitgevers Amsterdam.

Vereniging van Ervaringsdeskundigen (VvED) (2022). *Beroepscompetentieprofiel Ervaringsdeskundigheid*.

Vilans (2018). Herstel ondersteunende zorg – Herstel. Kennisbundel.vilans.nl. Geraadpleegd 24 januari 2022, van <https://kennisbundel.vilans.nl/herstelondersteunende-zorg-herstel.html>

VNG (2015). *Kernpunten advies Commissie Toekomst beschermd wonen. Regionaal Plan van Aanpak Beschermd Wonen*.

VWS (11 december 2023). Betreft Reactie schriftelijk overleg inzake Nationaal Actieplan Dakloosheid en beschermd wonen (29325 nr. 155).

Weeghel, v. J., Couwenbergh, C. (2020). *Netwerkpsychiatrie. Samenwerken aan herstel en gezondheid*. Boom I de Tijdstroom.

Wilken, J. P. & Den Hollander, D. (2019). *Handboek steunend relationeel handelen: Werken aan herstel en kwaliteit van leven*. SWP Amsterdam.

Wewerinke, et al. (2024). *Eerst een Thuis in regio Utrecht. Ervaringen met een nieuwe aanpak van dakloosheid*. Hogeschool Utrecht, Lectoraat Wonen en Welzijn.

Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) (2015). Geraadpleegd op 13 juni 2024 van <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/zorg-en-ondersteuning-thuis/wmo-2015>.

Wolf, J. (2017). *Krachtwerk. Methodisch werken aan participatie en zelfregie*. Bussum: uitgeverij Coutinho

Wolf, J., Scheepers, A., & Van Leerdam, J. (2022). *Naar een thuis in de wijk. Gids bij uitstroom uit beschermd wonen*. Nijmegen: Preventie Alliantie, Impuls Werkplaats & Cebeon.

Wolf, J., Van den Dries, L. Impuls – Onderzoekcentrum maatschappelijke zorg, Radboudumc (2023). *Het dashboard van het Nationaal Actieplan Dakloosheid*.

ZonMw (2018) De buurt aan de slag. Geraadpleegd op 11 januari 2025, van <https://projecten.zonmw.nl/nl/project/de-buurt-aan-de-slag>.

Zorg en Welzijn. *Sociaal werk moet inzetten op basisbanen*. Geraadpleegd op 20 augustus 2021, van <https://www.zorgwelzijn.nl/sociaal-werk-moet-inzetten-op-basisbanen/>

Zwolle Actief. Geraadpleegd op 10 januari 2025 van <https://zwolleactief.nl/>.

Bijlagen:

Bijlage 1: (separate rapportage)

Verdiepende studie naar de sociale basis in Utrecht

In hoeverre is er een sociale basis in Utrecht waarin (nauw) samengewerkt wordt tussen informele en formele zorg in de wijk, die toegankelijk is, participatie-bevorderend en eigen regieversterkend werkt voor cliënten die uitstromen uit Beschermd Thuis?

Over versterken van eigen regie en participatie; pijlers voor duurzaam wonen in de wijk

Bijlage 2:

Analyse en Aanbevelingen 'Maak je Eigen Thuis Training' M.E.T.T. Ineke Baas, 17 augustus 2023

Bijlage 3:

W.I.J.C.K.-wijze. Domeinoverstijgend samenwerken

**HIER
KOMT
ALLES
SAMEN**



Pinterest

**Analyse en Aanbevelingen
Maak je eigen thuis training
M.E.T.T.**

Ineke Baas, 17 augustus 2023

Inhoudsopgave

1. Inleiding en achtergrond (deelproject) analyse METT
2. Doelstelling en kern van de METT volgens de deelnemers
3. Wat is de METT?
4. Opbouw van de METT; kenmerken en oefeningen
5. Theoretische onderbouwingen van de METT, m.b.t. individuele empowerment, identificatie en betekenisvol leven.
6. Monitoring van de METT
7. Analyse en effectiviteit van de training
8. Aanbevelingen voor de METT in de overgang naar een beschermd thuis of zelfstandig wonen
9. Conclusie

1. Inleiding en achtergrond (deelproject) analyse METT

Hoe maak je je - eigen - thuis, ook in de wijk? Of je nou gaat verhuizen, nieuw komt in een wijk, terugkomt van een lange afwezigheid (zoals een langdurige klinische opname): het schakelen naar aanpassen aan nieuwe woonomstandigheden is altijd ingrijpend. Toch bezit je zelf al veel kwaliteiten die jou van dienst kunnen zijn om deze verandering aan te kunnen. (Bron: werkboek Maak je Eigen Thuis Training). De overgang naar zelfstandig wonen is spannend; de oude ik ken je, de nieuwe nog niet. Ook is het stil in huis, daar moet je aan wennen. Na jaren in de opvang weet je eigenlijk niet wat een eigen thuis is. Quote van één van de deelnemers van de METT:

Er is een groot gat tussen opvang en zelfstandig wonen. Hoe moet/ kan je hiermee omgaan? Stop met dingen te regelen voor deze mensen. Regel je eigen eten; ga niet wachten tot de medewerkers gaan koken. Ga je eigen vloer leggen. Op dit moment is de structuur en het patroon dat er te veel geregeld en te veel gedaan wordt voor cliënten die uit gaan stromen. Ook gaat de uitstroom véél te snel! De wal kan het schip keren als het te snel gaat en mensen weer terugvallen.

Soms kan de overgang naar zelfstandig wonen snel gaan. Binnen een week had één van de deelnemers de sleutel. Maar je wereld is klein, zeker als je lang dakloos of bijvoorbeeld gedetineerd geweest bent. Heel lang heb je het gevoel dat iedereen naar je kijkt. Dat er 'gedetineerde' of dakloze op je voorhoofd staat. Je hebt tijd nodig om te acclimatiseren en jezelf te accepteren. Het helpt dat je open over de periode die achter je ligt kan en mag zijn. De vraag wie je wat vertelt of hoe je omgaat met het afronden van ambulante begeleiding speelt. De rol van ervaringsdeskundigen in het delen van je verhaal en het herkennen van signalen speelt een grote rol in de METT. Een ervaringsdeskundige weet echt wat je meemaakt. Een sociaal werker kijkt te veel vanuit het methodische, ook naar normen en waarden. Maar vraag expliciet (bijvoorbeeld met behulp van de ervaringsdeskundige) wat ik voor jou kan betekenen. Iemand die zelf dakloos is geweest begrijpt dat.

Deze analyse maakt deel uit van de onderzoeksvraag:

Op welke wijze kan de eigen regie in Beschermd Thuis versterkt worden?

Het onderzoek bestaat uit twee deelprojecten:

1. Individuele empowerment
2. Collectieve empowerment

In het kader van het onderzoek door onderzoeker en docent Ineke Baas, Hogeschool Utrecht, naar wat bijdraagt aan de empowerment van cliënten in de wijk, onderzoekt Baas op welke wijze participatie én eigen regie individueel en collectief versterkt kan worden. In het onderzoek wordt deze vraag per deelproject beantwoord aan de hand van interviews, focusgroepen en literatuuronderzoek. Individuele empowerment in deze heeft betrekking op welke wijze empowerment van cliënten in de wijk bijdraagt aan participatie en eigen regie. Collectieve empowerment door 'power by peers' én de rol die professionals (kunnen) spelen in de empowerment van hun cliënten. Tot slot, hoe grijpt individuele en collectieve empowerment op elkaar in?

2. Doelstelling en kern van de METT, geformuleerd door vijf deelnemers van de METT

- De METT is 'halen en brengen', je moet jezelf blootgeven en kwetsbaar opstellen. Contactpersoon noemt het 'in herstel'. Mensen zijn niet gewend om zelf beslissingen te nemen! Heel belangrijk aspect van de METT. Hij gaat overigens de METT zelf geven in de toekomst, samen met Lilian.
- De METT benadert het gevoel, de identiteit en de eigen kracht. De METT is juist goed omdat het niet het praktische benadrukt, maar juist het gevoel hóe.
- De METT stimuleert om te participeren. Ook zonder Lilian was hij naar de METT gegaan. Hij kon en wilde niet meer in het stramien blijven en een andere groep mensen ontmoeten. Lange tijd heeft deelnemer de indruk gehad dat mensen aan hem konden zien dat hij dakloos geweest is. Dat het op zijn voorhoofd gedrukt stond als het ware. Hij leerde dat je je ook minder mag en kunt voelen; accepteerde dat je mindere dagen hebt.
- Bewustwording van eigen kracht en kwetsbaarheid. Meer zelfreflectie erdoor en proberen het moeilijke en het onzekere grijpbaar/ concreet te maken. Door de METT en vrijwilligerswerk iets vrijer, lossen gevoel.
- Met de METT kan je je leven weer opbouwen en kan je bouwen aan een toekomst.
- Met jouw inzicht kan je anderen helpen.

3. Wat is de Maak je Eigen Thuis Training: METT?

'De training is ontwikkeld door het Schakelpunt; een samenwerkingsproject van Lister, Tussenvoorziening, Doen & Laten en het Leger des Heils gericht op het bieden van handvatten bij het zelfstandig wonen en het landen in de woonwijk'. (Bron: Werkboek Maak je Eigen Thuis Training). Woon je ergens al een lange tijd of kom je er net wonen? De M.E.T.T. helpt je om je thuis te gaan voelen in jouw huis en wijk. Of kan je helpen voor te bereiden op een verhuizing. In de METT worden ervaringen gedeeld en samen oefeningen gedaan met een positieve blik op de toekomst. De trainers zijn ervaringsdeskundigen'. (Bron: flyer METT). Er wordt gewerkt aan empowerment en bewustwording. Dit behelst veel meer dan werken aan sociale contacten of aan specifieke vaardigheden. Centraal staat: wie ben jij; wat wil jij; hoe kan je je goed voelen op je eigen plek en wat is daarvoor nodig? De METT biedt (groeps)oefeningen gericht op zelfhulp en scholing, waarbij de eigen ervaringen centraal staan. Deze activiteiten worden door ervaringsdeskundigen met gelijksoortige ervaringen geboden en vinden plaats in een peersupport-omgeving, - deels vergelijkbaar met een herstelacademie. De kracht van de inzet van ervaringsdeskundigen is de gelijkwaardigheid, de ervaringskennis en het fungeren als rolmodel. Herstelgerichte (peer)ondersteuning staat centraal in de METT. Een speerpunt is dat de deelnemers, die overwegend een achtergrond hebben in Beschermd Wonen en de Maatschappelijke Opvang, gestimuleerd worden om activiteiten gericht op persoonlijk herstel te verkennen en op te pakken. Zo was of werd een deel van de deelnemers ervaringsdeskundige in opleiding aan de VOIZ-academy. Lister en de Tussenvoorzieningen nemen de ervaringen en resultaten mee in de doorontwikkeling van het

aanbod.

Inhoudelijke motivatie deelnemers METT

- Verder willen gaan
- Hulp van WIJ 3.0 is niet toereikend
- Ervaren van stigma
- I.p.v. vluchten in drank en drugs
- Helen
- Veilige plek/ veilig voelen
- Trots willen zijn
- Zeggenschap en regie over eigen leven willen ervaren
- Ervaren van groepscohesie; een groep hebben die achter je staat;
- Uit je huis gaan; van de bank af.
- Een eigen huis en nu?
- Alleen zijn en niet meer terug willen naar leven van dakloosheid en/ of verslaving.

4. Opbouw van de METT; kenmerken en oefeningen

De METT bestaat uit 6 bijeenkomsten, waarvan 1 terugkombijeenkomst. De METT werkt met een vaste opeenvolgende opzet. Dat zorgt voor herkenning en rust. Voorafgaand aan het geven van de METT's hebben Lister en de Tussenvoorziening 3 pop-up bijeenkomsten georganiseerd.

4a. POP-up METT

Het programma van de *pop-ups*, waaronder op 19 september 2022:

- Inloop van 30 minuten zodat iedereen goed kan landen;
- Welkom
- Steundocument
- Uitleg bijeenkomst
- Kwaliteiten en vervorming
- Dromen
- Vervolg

- **Opdracht sleutelbos**; startoefening van de pop-up METT. Het hebben van een sleutelbos. Waar staat dat voor? Wat betekent het voor je? Variërend: 'Met een sleutel besef je wat je hebt; maar de sleutel tot het hart zit er niet bij'. Sleutel staat voor een woning; een eigen huis. 'Je onveilig voelen in je eigen huis na een inbraak'.
- **Opdracht steundocument**. Wat heb je nodig? 'Vertrouwdheid, relaxedheid en verbinding'. 'Af kunnen zeggen'. 'Uit je huis gaan'. 'Tijden in de gaten houden'.
- **Opdracht 'Over de Drempel'**, METT pop-up 19 september 2022
Welke sfeer is er in huis als je de drempel over stapt?
Welke kleuren zie je?
Wat is er in jouw huis aanwezig dat belangrijk voor jou is? Bv planten, mensen of dieren?
Wat maakt dat je er thuis voelt?
Is er iets dat je je aan thuis doet denken?
Wil je nog iets naar binnen keren zodat jij je thuisvoelt?

- **Opdracht: kaarten/ kwartet.** Pak een z.g. 'faith-kaart' die je aanspreekt bij je mening. Het betreft een z.g. inspiratie kaartenset over welbevinden en zorg voor beter. Vertaal de inspiratiekaarten naar je eigen (t)huis. 'Een dier besodemetert je niet'; fijn om dieren aan te raken'. Vertrouwen is geschaad; vertrouwen moet verdiend worden. Veel zwanen en ganzen. Er is zoveel buiten dat je wel naar buiten móet.
- **Opdracht: ga met je gedachten naar je huis; wat gebeurt er in je eigen huis?** Nooit een thuis gehad; ging van kindertehuis naar kindertehuis. Geprobeerd een thuis van de woning te maken, niet gelukt. Geen herinneringen en geen foto's hebben. Thuis is veiligheid, tenminste zou een synoniem van veiligheid moeten zijn. Dat geldt niet voor alle deelnemers. 'Ik heb nu een woning en moet ik mij nu gelukkig voelen?' 'De woning is van de Tussenvoorziening, de gordijnen zijn van de Tussenvoorziening. De groene kleur is van de Tussenvoorziening. Maar wat is van jou?'
- **Opdracht: wie ben ik?** Nadenk-opdracht: Wie ben ik zelf? Hoe kan ik thuis mij zelf zijn? Durf je eigen ik te laten zien en je eigen masker af te zetten. Hoe kan je op zoek gaan naar jezelf? Je niet anders voordoen en dat die persoon dan óók iets opens zegt.
- **Opdracht Tips en Tops.** Inlevingsoefening. Wat ben je tegengekomen? Wat is jouw droom, bv ook deelnemen of een ervaringsdeskundigheidstraject bij de NOIZ volgen? Of Doen en Laten? Of juist deelname aan de VOIZ-academy?

Opbrengst pop-up trainingsbijeenkomsten:

Inzage in de thema's die spelen in het leven van de deelnemers, als:

- Leven met eenzaamheid; 'de eenzaamheid is het grootst';
- Training sterk door samenwerking met ervaringsdeskundige. Zij lichtte o.a. het thema eenzaamheid toe a.h.v. haar persoonlijke verhaal over dak- en thuisloosheid.
- Leven met angsten en spanning; een aantal deelnemers is bang voor het moment dat hun woning omgeklapt wordt op eigen naam;
- Gehoord en gezien worden
- Groepssamenstelling. In principe kan iedereen meedoen aan de METT. Wel kan het zijn dat de problematiek te zwaar is voor de METT. In dat geval is een time out interventie en/ of een één op één reflectie na afloop van belang.

4b. De inhoudelijke thema's van de METT

Per bijeenkomst wordt er stilgestaan bij een thema en gewerkt aan de hand van werkvormen. De thema's worden verpakt in 'verhuisdozen' in de vorm van werkbladen (zie bijlage 1). Het werkblad kun je zelf invullen op de manier die bij jou past. Dit kan in woorden, in tekeningen, met pictogrammen. Tijdens de METT-training worden de fictieve verhuisdozen gevuld. De thema's van de verhuisdozen zijn:

- Wie ben ik?
- Krachten en Belemmeringen
- Steun en Netwerk
- Verbinding
- Zingeving
- Gezondheid
- Fase van terugkomst/thuiskomst

In de eerste bijeenkomst wordt stilgestaan bij waar de deelnemer op dat moment staat in het wonen. Er wordt een visionboard gemaakt van hoe de deelnemers willen dat het wonen en in de (nabije) toekomst uit ziet. Wat de deelnemers al in huis hebben en wat hiervoor (evt. nog) nodig is staat centraal. De laatste

bijeenkomst wordt er afzonderlijk en met elkaar teruggeblikt aan de hand van een moodboard dat ons vertelt hoe (sterk) de deelnemer op dat moment 'is' in het wonen. We sluiten alle verhuisdozen, we laten eruit wat we niet meer nodig hebben en maken ruimte voor wat er nog nodig is.

4c. De opbouw van de afzonderlijke METT-bijeenkomsten

- 1) Werken met een z.g. steundocument. Ik steun mijzelf vandaag door... Dit staat gelijk aan een 'wellness check-in' over wat jij nodig hebt. Het is afkomstig uit de WRAP¹. Wat heb je nodig:
 - bv. vertrouwdheid; relaxedheid; verbinding;
- 2) Sleutelbos. Het hebben van een sleutelbos en de betekenis ervan. Besef wat je hebt. "De sleutel tot het hart zit er niet bij". Wat betekent een woning voor jou?
- 3) Gevolgd door terugkijken;
- 4) Een inhoudelijk thema. Bv positieve gezondheid;
- 5) Een oefening (bijvoorbeeld over de lijn: zelf doen; niets doen een ander laten doen);
- 6) Zorgdocumenten;
- 7) Een foto-oefening.

Terugblik

Elke keer, en de terugkombijeenkomst in het bijzonder, wordt er teruggekeken op de vorige keer: wat is je bijgebleven respectievelijk hoe kijk je terug op de hele METT-training en wat is je daarvan bijgebleven? Tijdens de terugkombijeenkomst op 24 maart 2023 noemden de METT-deelnemers (die eerder in een Beschermd Wonen voorziening verbleven):

- De METT is passend bij de eigen identiteit; bij vergroten van vertrouwen;
- Chaos durven toelaten;
- Veiligheid en vertrouwen is nodig;
- Op een veilige manier aan de slag met hoe je je voelt;
- Veel meer bewustwording en identiteit.

Inhoudelijk feedback en omgaan met thema's, waaronder:

Positieve gezondheid. Reacties:

- Het kostte veel energie, gewend aan vluchtgedrag;
- Het écht toepassen lukt niet;
- Bewustzijn: 'Waarom eet ik nu chocola?'
- Het lijden bewust aankijken;
- Het is een mentaal proces;
- Alleen doen? 'Je moet wel iemand hebben';
- Acceptatie.

Thema. Positieve Gezondheid gaat over:

- Zelfcompassie

¹De afkorting WRAP staat voor "Wellness Recovery Action Plan". Dit is een zelfhulpmethode en herstelprogramma voor mensen met psychische aandoeningen, ontwikkeld door Mary Ellen Copeland. Het programma is gericht op het vergroten van zelfregie en het bevorderen van het herstelproces van de persoon die het programma volgt. De WRAP biedt tools en strategieën voor het omgaan met symptomen en crises, het identificeren en gebruiken van ondersteunende hulpbronnen, het vaststellen van persoonlijke doelen en het opstellen van een actieplan voor het bereiken van deze doelen. Het is gebaseerd op de principes van empowerment, eigen verantwoordelijkheid en het benutten van persoonlijke krachten en middelen. De WRAP wordt wereldwijd gebruikt door mensen met verschillende psychische aandoeningen, zoals depressie, angststoornissen, bipolaire stoornis en schizofrenie. Het programma is ook effectief gebleken voor mensen die te maken hebben met verslavingen, trauma en stress.

- Zelfacceptatie
- Wat vertel je aan wie?
- Neem je anderen in bescherming?
- Naar buiten: werk met je eigen steundocument.

Thema. Werken met het levensverhaal.

Eenzaamheid vreet aan je. Het is niet leuk; er moet ruimte voor emotie zijn.

4d. Opbouw van de METT, ervaren door de deelnemers

- **Vision board**
Mooie opbouw om met het maken van een 'vision board' te beginnen. Je beeldt je een huis of wens over je huis uit in een vision board. Met andere woorden: maak je eigen droom. Tegelijkertijd is het meer dan dromen. Het is voor een aantal laten zien wat ze nu hebben en zij wensen. Bv een tuin; leven met gezin etc.
- **Pauzes**
De METT had rekening gehouden met ruim voldoende pauzes waardoor de duur van de training niet als 'zwaar' aanvoelde.
- **Fotokaarten**
De oefening met de kaarten was een goede oefening om na te denken, aldus één van de deelnemers. D.m.v. de kaarten kan je visualiseren hoe je je huis en/ of leven ziet. Wat wens je, wat droom je? Je werkt feitelijk de hele week met je kaart.
- **Voorstellen aan de hand van je hand**
Eén van de deelnemers noemde specifiek de oefening met de hand. In deze oefening stel je jezelf voor aan de hand van je hand en maak je een omtrek van je hand en vul je per vinger in wat er goed gaat (duim); waar je je op richt (wijsvinger); waar je een hekel aan hebt of lastig vindt (middelvinger); waar je trouw aan bent (ringvinger) en tot slot waar je nog in wilt groeien (pink). Je vertelt vervolgens dan aan de groep wat er bij iedere vinger staat.
- **Netwerkcirkel**
Ook de netwerkcirkel heeft indruk gemaakt. Eén van de deelnemers geeft aan dat zijn kringetje klein maar goed is. De familie staat voor de metafoor waar je vandaan komt en waar je naar toe gaat. Praten met moeder o.a.; hij kan altijd bellen. Contact met broer, zus en stiefvader is er, maar niet diep; ieder gaat zijnsweegs. Een andere deelnemer noemt inzet op het versterken van het sociaal en ondersteunend netwerk belangrijk en heeft behoefte aan meer focus op het netwerk. Zij noemt de netwerkcirkel bewustwording. Bij wie moet je bijvoorbeeld zijn en wie heb je nodig om ergens te komen? Ook bij PTSS moet je de huisarts en reguliere hulp weten te vinden.
- **Afwisseling**
De afwisseling tussen ervaringen uitwisselen in de groep en zelf opdrachten maken was natuurlijk en bijdragend aan het rendement van de training. Ook is aangegeven dat het goed is om eerst zelf aan de slag te gaan met de opdrachten en hier ruim de tijd voor te hebben. Vervolgens je gedachten en opbrengst van de opdracht te delen met de groep.
- **Eenzaamheid**
De oefening met drie soorten eenzaamheid is één van de deelnemers zeer bijgebleven. Er zijn verschillende soorten eenzaamheid. Met de groep lees je de bijlage over eenzaamheid. Iedereen leest een stukje voor en vraagt aan de deelnemers waar zij zich in herkennen.

- **De wijk**
De oefening in de wijk was 'een makkie'; namelijk een favoriet bankje had deze deelnemer al, maar buurtcafé ingaan of bij de burens aankloppen, daar heeft ze geen feeling mee. De checklist van de wijk-oefening is heel bruikbaar.
- **Vangnet**
In de opbouw had eerder ruimte voor het vangnet in de wijk kunnen zijn; het is cruciaal wat je doet als je je niet goed voelt.
- **Passie**
Goed dat de training je aanzet om te werken en handelen vanuit je hart; uit je hoofd is niet hetzelfde. Dan zit je er niet in nl.
- **Hobby's en vrije tijd**
Aandacht voor hobby's zit erin maar kan sterker. Hobby's moet je creëren. Wat doe je graag? Een van de deelnemers noemde bijvoorbeeld dat hij graag fotografeert. Werk meer en sterker met een stip op de horizon: hoe ga jij er komen?
- **Steunpunten in de wijk; naar voren en integraler in de training.**
De laatste bijeenkomst kwamen essentiële elementen naar voren, zoals steunpunten in de wijk, wat doe je als iets tegenzit en hoe ga je hiermee om. Deze elementen kunnen integraler in de gehele training verwerkt worden. De onderdelen sloten goed op elkaar aan en waren alle relevant voor de METT. De laatste trainingsdag daarvan kunnen de onderdelen meer gefaseerd en geïntegreerd in de gehele training verwerkt worden.
- **Moodboard.**
Mooi dat de training besloot met het maken van een 'mood board'.
- **Gezamenlijke evaluatie**
De gezamenlijke bespreking van de evaluatie, in de vorm van een focusgroep, werd als verrijkend ervaren. Door gezamenlijk terug te kijken en te delen, werd de opbrengst *samen gedeeld* en niet door de deelnemers afzonderlijk gedeeld. De deelnemers refereerden o.a. aan datgene wat ze als goed van elkaar ervaren hebben.
- **Status terugkomdag**
De status en inhoud van de terugkomdag was niet goed duidelijk, aldus één van de deelnemers. De training was immers afgesloten met certificaat. Oefeningen van de terugkomdag over 'hulpvragen/ zelf doen' hadden beter aan het begin van de trainingscyclus gepast. Als een soort nulmeting. 'Dat geldt ook voor de hulpvraag-flowchart-sleutelhangers. Was nuttig geweest aan het begin van de trainingscyclus'.
- **(Ervaringsdeskundige) trainers**
Overall, goed dat de ervaringsdeskundigen uit eigen ervaringen vertelden; daarmee creëerden zij herkenning en een brug voor de deelnemers om ook eigen ervaringen, krachten en kwetsbaarheden. Eveneens om twijfels te bespreken. De trainers Lilian en Yvonne zijn sterk in het faciliteren van basisveiligheid, structuur en rust. Prettig en warm in contact. Zij delen eigen ervaringen wanneer deze aanvullend zijn.

5. Theoretische onderbouwingen van de METT m.b.t. individuele empowerment, identificatie en betekenisvol leven.

- In de METT wordt gerefereerd aan de logotherapie. Elementen uit de logotherapie zijn het vinden van betekenis in het leven, dat essentieel is voor het ervaren van een gevoel van welzijn en voldoening. De logotherapie is ontwikkeld door de psychiater Victor Frankl. Frankl geloofde dat mensen op zoek zijn naar betekenis in hun leven en dat deze zoektocht naar betekenis een centrale rol speelt bij het bepalen van

ons gedrag en ons welzijn. Hij stelde dat de mens niet alleen een product is van zijn omgeving en zijn biologie, maar dat de mens ook een bewuste keuze kan maken om zijn houding ten opzichte van zijn omstandigheden te veranderen.

- Het vergroten van veerkracht en leren omgaan met uitdagingen loopt als een rode draad door de METT. De Veerkracht of ook wel Resilience Theory gaat ervan uit dat mensen veerkrachtig kunnen zijn en in staat zijn om te herstellen van tegenslagen en uitdagingen. Persoonlijk empowerment kan worden bevorderd door mensen te helpen hun veerkracht te vergroten en te leren om te gaan met uitdagingen en moeilijkheden. ,

- De METT genereert het aanboren en versterken van intrinsieke motivatie. De theorie van de zelfbepaling, ontwikkeld door Edward Deci en Richard Ryan, stelt dat mensen het gelukkigst zijn wanneer ze autonomie, competentie en verbondenheid ervaren. Autonomie verwijst naar het gevoel van controle hebben over het eigen leven, competentie verwijst naar het gevoel dat je vaardigheden hebt om dingen te doen, en verbondenheid verwijst naar het gevoel van verbondenheid met anderen. Wanneer mensen autonomie hebben, voelen ze zich meer gemotiveerd en competent om doelen te bereiken. Dit kan leiden tot persoonlijk empowerment. Deze z.g. zelfbepalingstheorie komt voort – volgens Deci en Ryan – uit intrinsieke motivatie die de meest duurzame en krachtige vorm van motivatie is, omdat het stimuleert om te handelen vanuit eigen interesses en waarden.

- Het bewerkstelligen van persoonlijk empowerment in de METT. De z.g. Social Cognitive Theory gaat ervan uit dat het gedrag van mensen wordt beïnvloed door zowel persoonlijke factoren als omgevingsfactoren. Persoonlijk empowerment kan worden bereikt door het aanleren van vaardigheden en strategieën die mensen helpen om beter om te gaan met de omgeving en hun eigen gedrag te beheersen.

6. Monitoring de METT

In het najaar van 2022 heb ik de METT als deelnemer en als onderzoeker bijgewoond. De deelnemers wonen zelfstandig - soms met begeleiding – en een aantal werkt in de NOIZ of VOIZ. Dikwijls werken zij daar als ervaringsdeskundige of ervaringsdeskundige in opleiding. De METT-training heb ik opnieuw gevolgd en onderzocht van januari t/m maart 2023. Ditmaal voor deelnemers die zelfstandig wonen – met begeleiding na uitgestroomd te zijn uit de Beschermd Wonen en de GGz. Tot slot heb ik de tweedaagse training voor ambulant werkende professionals Start in de Wijk als deelnemer en onderzoeker gevolgd.

Opvallend is dat naast de inhoudelijke thema's de deelnemers de volgende terugkerende thema's in de METT inbrachten:

- Hóe maak ik mijn eigen thuis? Als ik kijk naar de inrichting, hoe kan ik het dan naar mijn zin maken? Hoe wil ik het?
- De waarde van wonen. De waarde van wonen en de waarde van (een) netwerk(en) werd manifest. 'Mijn keuken is een, zo niet de belangrijkste plek voor mij'.
- Eenzaamheid en netwerk: wie heb ik in de 'binnenste' ring en wie daarbuiten? Contact met familie speelt een belangrijke rol. In deze METT-trainingen maakte familie voor de deelnemers veelal geen deel uit van de binnenste ring.
- Participatie, werk en specifiek (de mogelijkheid om te) werken als ervaringsdeskundige.

- Zingeving.

Kenmerken van de METT

- Respectvol; integer;
- De kracht van iets (in)brengen;
- Humor en zelfspot;
- Werken met ervaringskennis.

Onderzoeker en deelnemer tegelijkertijd

In de METT stellen de deelnemers zich kwetsbaar op. Het voelde vertrouwd en *mindful* om met de oefeningen aan de slag te gaan. De nieuwe groep en de persoonlijke verhalen openen je hart. Mooie korte reflecties op eigen leven door de trainers. Het is spannend om tegelijkertijd deelnemer en onderzoeker te zijn. Het is lastig in de zin dat het een drempel is om eigen kwetsbaarheden te benoemen. Uiteindelijk ben ik blij en is het noodzakelijk om met elkaar (en met jezelf) in gesprek te gaan over wat mij en de overige deelnemers bezighoudt en welke stappen ik zou kunnen zetten. Mooi om de oefening netwerkcirkel, kwaliteiten en belemmeringen te kunnen bespreken met elkaar. Ik heb een zeer positieve indruk van de training wat betreft het vergroten van bewustwording over het eigen netwerk; de eigen woning en de eigen omgeving. Een neveneffect van de training is dat deze tegelijkertijd een netwerk en contacten genereert, en daarnaast stimuleert tot participatie, werk of vrijwilligerswerk. In de bevlogen verhalen over de VOIZ en de NOIZ hoorde ik aspecten van zingeving en (toekomst)perspectief terug. Mede het laatste zorgde voor positieve energie in de training. Ik heb geleerd dat iedereen (inclusief medewerkers uit diverse disciplines) deelnemer moet (kunnen) zijn en zelf ervaart hoe de opdrachten/ training voor hem/ haar zijn. Door het maken van de z.g. 'mood board' en 'vision board' merkte ik dat het beeld dat ik voor ogen heb makkelijk terug te halen is. Het beeld is niet meer abstract. Ik heb de groep als een warm bad ervaren en ben dankbaar voor het vertrouwen en het delen met mij en vice versa, van ervaringen, angsten en kwetsbaarheden, wensen en hoop. Groepsbeleving en groepscohesie speelt een belangrijke rol in de individuele empowerment van de deelnemers. Er is waardering voor elkaar; zorgzaamheid, steun, warmte in een uitnodigend en welkom klimaat.

Randvoorwaarden voor deelname aan de METT?

- De pop-up/ try out was goed, maar ook merkbaar dat van één deelnemer de problematiek te zwaar was;
- In principe kan iedereen meedoen aan de METT;
- Bereidwilligheid en commitment; je moet er zijn, voor jezelf en de ander;
- Laat iedereen voorafgaand aan uitstroom de training doen;
- (Zicht op) een eigen plek hebben;
- Willen werken aan herstel en spreken over herstel;
- Moet je de taal machtig zijn? Het is lastig als je de taal en cultuur niet machtig bent, ook al werk je met intermediairs. Je moet een vertaalslag kunnen maken.
- Goed kunnen landen in de wijk. Het is niet het alleen het eigen huis, ook de omgeving én het kunnen regelen van dingen eromheen;
- Voor duurzame en succesvolle uitstroom naar beschermd thuis is meer nodig dan alleen training. 'Er moet veel in weinig tijd gebeuren als je over een half jaar je eigen huis hebt'.

7. Analyse en effectiviteit van de METT

Analyse op basis van meetbare resultaten. Waar je in een analyse de resultaten volgt voor én na de METT, schets ik hierbij de uitkomsten van de beleving en effectiviteit van de METT, aan de hand van interviews. De interviews zijn gedaan in de periode tot vier maanden ná de METT. De geïnterviewde deelnemers worden eveneens een jaar na de training opnieuw geïnterviewd. Om te meten in hoeverre de training effectief geweest is, ga ik na of de deelnemers de beoogde kennis en vaardigheden hebben verworven en of deze kennis en vaardigheden daadwerkelijk worden toegepast in de praktijk. Hiertoe onderzoek ik:

- Toename van kennis
- Verbetering van vaardigheden
- Toepassing van kennis en vaardigheden in de praktijk
- Feedback van deelnemers om te weten te komen of zij de training als waardevol hebben ervaren en of zij denken dat de training hen heeft geholpen.
- (Return on Investment (ROI) waarbij de ROI van de training wordt vastgesteld of de kosten van de training gerechtvaardigd zijn door de resultaten die zijn behaald is niet in deze fase uitgevoerd).

Voor dit onderdeel – evenals het onderdeel opbouw METT - zoals aangegeven door de deelnemers, is feedback verzameld van de deelnemers om te weten hoe zij de training hebben ervaren en toepassen in hun dagelijks leven. De scope van de interviewvragen is mede gebaseerd op basis van de thema's van de METT-training:

- Krachten en kansen en/ of belemmeringen; Steun en netwerk; verbinding en resourcegroepen.
- Gevoel van verbinding met anderen; Steun familie, netwerk, sociale contacten en/ of informele zorg.
- Zelfredzaamheid; Ontmoetingsplekken; (Omgaan met) eenzaamheid; Preventie: duurzaam wonen zonder terugval. Thuis in de Wijk. (Mentale) gezondheid;
- Zingeving en toekomstperspectief
- Maatschappelijk, medisch en persoonlijk herstel.

De interviewvragen zijn o.a.:

- Hoe kijk je terug op de training METT?
- Wat is de kern van de METT?
- Wat zijn kenmerken van de METT?
- Wat heeft de METT je gebracht; heb je iets specifiek geleerd of meegenomen?
- Is er een onderscheid te maken in training en therapie wat betreft de METT?
- Hoe is de opbouw en zijn de oefeningen van de METT?
- Hoe ben je met de METT in contact gekomen?
- Zijn er randvoorwaarden voor deelname aan de METT?
- Wat is de rol en het belang van ervaringsdeskundigheid in de training?
- Hoe draagt de METT bij aan zelfstandig wonen?
- Wat is volgens jou het rendement en de kracht van de training?
- Wat is de rol van de professional in participatie en het versterken van de eigen regie?
- Vervolg op de METT?
- Aanbevelingen voor de METT en voor de overgang naar beschermd thuis?

7a. Resultaten effectiviteit van de METT, door 5 deelnemers

Wat heeft de METT je gebracht?

- Zelf weer een stap verder gekomen;
- Leren niet te hoeven wedijveren. Deze groep was daar een mooi voorbeeld van. In tegenstelling tot medewerkers waar contactpersoon vaak wel het gevoel heeft dat er gewedijverd wordt;
- Iedereen spreekt dezelfde taal;
- Herkenning;
- Openheid.

Effectiviteit van de METT

- De METT leidt tot participatie; het is een herstelgroep;
- Door met ervaringsdeskundigen te werken was de training meteen effectief;
- Sneeuwbal: je bent gezien en gehoord;
- Bewuster nadenken met de METT;
- De METT biedt een netwerk; je hebt een netwerk nodig (bij uitstroom). Je kunt het niet alleen.
- Dat je je beter bestand voelt tegen agressie en intimidatie.

Heb je iets specifiek geleerd of meegenomen?

- Reflecteren waar je staat in je herstel;
- Dat we als groep heel erg hecht zijn;
- Dat je nooit klaar bent;
- Dat je soms ook cynisch kan worden van iemands verhaal.

Hoe draagt de METT bij aan zelfstandig wonen?

- Eén van de deelnemers woonde al zelfstandig voordat hij met de METT begon. Hij heeft hulp gehad bij het zelfstandig wonen. Nog altijd heeft hij contact met een medewerker van de Tussenvoorziening, maar de woning is inmiddels omgeklapt op naam van deelnemer. In het begin was het spannend toen het ambulante contact wegviel. Na twee jaar werd je overgedragen aan het Buurtteam. Hij ziet de medewerker nog steeds in het pand waar hij woont en maakt dan praatje met hem;
- Deze deelnemer zoekt contact op zijn tijd en op zijn manier. Met sommige burens houdt hij afstand. Het gaat dan vaak over gebruik en over dezelfde dingen. Het brengt hem niet verder. Contacten vroeger waren vaak 'functioneel'. Nu geeft hij aan met wie hij wel/ niet contact wil en bij hem thuis ontvangt. Hij gaat nu met andere mensen. Hij wil niet terug naar de 'oude' mensen en de 'oude' verwachtingen;
- Overgang naar zelfstandig wonen is spannend; de oude ik ken je, de nieuwe nog niet. Ook is het stil in huis. Daar moet je aan wennen;
- Ook voor hulpverleners is er een hele weg te gaan;
- De METT stimuleert om te participeren. Ook zonder de trainers was hij naar de METT gegaan. Hij kon en wilde niet meer in het stramien blijven en wilde een andere groep mensen ontmoeten;
- Stigma. Lange tijd heeft deze deelnemer de indruk gehad dat mensen aan hem konden zien dat hij dakloos geweest is. Dat het op zijn voorhoofd gedrukt stond als het ware. Hij heeft op internet opgezocht hoe hier mee om te gaan.
- Acceptatie. Hij leerde dat je je ook minder mag en kunt voelen; accepteerde dat je mindere dagen hebt.

Wat neem je mee van de METT?

- Het belang van landen en opladen in je huis;
- De METT geeft inzicht en leert je exact te weten wat je wilt;
- Ken je behoeften qua huis en wonen, ook al kan je niet alles in één keer verwezenlijken;
- Er is ook aandacht voor je als je geen ideeën of dromen voor een eigen woonplek hebt;

- Proberen het moeilijke en het onzekere grijpbaar/ concreet te maken;
- Inzicht dat je je leven weer op kunt bouwen;
- Dat je kunt bouwen aan je toekomst;
- Dat je met jouw inzicht anderen kunt helpen;
- Door de METT en vrijwilligerswerk iets vrijer, iets losser;
- Je bent er voor je eigen leerproces;
- Gebruik kunnen maken van verschillende tools uit de training;
- Je mag van jezelf zeggen en voelen dat het goed gaat;
- Je mag trots zijn; en je mag er zijn;
- Omgaan met stigma;
- Je leren aansluiten;
- Bewust en onbewust neem je dingen mee;
- Ideeën hoe je je woning kan en wilt inrichten.

7b. Rendement van de METT; door 5 deelnemers

Is het genoeg? 'Nee, maar wel een opsteker; het is wel empowerend en bewustzijnversterkend! Ook identiteitsversterkend', aldus één van de deelnemers.

- De METT kan iets aanraken en misschien brengt het betrokkenen iets verder;
- Meer reflectie;
- Bewustwording; visualisatie en meer zelfreflectie;
- Spelenderwijs 'naar de diepte';
- Meer participatie;
- Is het een 'APK'? Niet elk jaar de METT aanbieden wanneer je hem (al) gedaan hebt;
- Altijd goed om mee te doen; het is nooit te laat;
- Door het spelen van een spel uit de METT luisteren naar de behoeften van anderen;
- Bewustwording van eigen kracht en kwetsbaarheid;
- Leren van ervaringen die je hoort.

De METT is cruciaal voor het herstel én het hebben van een netwerk. Het is nooit te laat om met de METT te beginnen; een grote groep is al uitgestroomd maar zou wel mee kunnen doen. Zelfstandig wonen is een droom die uitkomt voor de deelnemers. Het gaat om het bieden van de juiste hulp en ondersteuning; als het goed gaat dan kan de woning na twee jaar omgeklapt worden.

7c. Behoefte aan vervolg op de METT?

Er is behoefte aan een vervolg op de METT, mede om de deelnemers van de METT te vertellen waar eenieder mee bezig is; fijn om met dezelfde groep verder te gaan. Was gezellig én serieus. Reacties lopen uiteen van: 'Behoefte om iets 'dieper' te graven nu de basis gelegd is; jammer dat het afgelopen is, tot misschien eens in de zoveel de tijd samen eten en het is belangrijk om een *community* te creëren. Je komt niet alleen consumeren. Het gaat om meedoen en om het hebben van en bijdragen aan een *gemeenschap*'.

8. Aanbevelingen voor de METT in de overgang naar een beschermd thuis of zelfstandig wonen

Ik gebruik feedback en evaluatieresultaten om aanbevelingen te doen voor de METT.

- Start nog in de opvang met de METT-training; in het voorstadium m.a.w.;
- CPE; op gebied van herstelgericht werken is er een wereld te winnen;
- Halverwege de METT -training een korte verkenning doen waar je staat; al iets met de opbrengst doen. Daarop nagaan of je iets aan de training wilt toevoegen. Maatwerk maken per groep.
- (Meer) inspelen op waar je staat in je herstel.
- Empoweren deelnemers: hoe ben jij met je hulpverlening in gesprek?
- Meer aandacht voor stigma
- Hoe kan je met stilte omgaan?
- Juist ook professionals* aan de training deel laten nemen; om het gevoel te hebben hoe het is om deelnemer te zijn en elkaar te begrijpen.

Aanbevelingen gericht op professionals*

Eén van de deelnemers refereert aan de professional in zijn/ haar rol als woonbegeleider. Wat heeft deze professional nodig? Quotes uit een interview met deze deelnemer van de 'Maak je Eigen Thuis Training':

De deelnemer in kwestie weet wat bepalend is voor hem/ haar; niet de professional. Er moet bewustwording zijn bij de professional over de leefwereld van cliënten. Cliënten maar óók professionals moeten empoweren. Veel cliënten denken vaak dat ze niets kunnen. Ze vinden dat jij als professionals dingen voor hen moet doen en moet regelen. Professionals moeten empoweren en praktische ondersteuning bieden, bijvoorbeeld samen schoonmaken. Probleem is dat professionals heel weinig tijd voor de begeleiding hebben; alles moet in de systemen verantwoord worden. Professionals kunnen hun werk veel leuker en minder hospitaliserend maken. Deelnemer is veel mensen tegengekomen die geen mening hebben, mede omdat ze het niet gewend zijn en vanuit zelfstigma. Professionals vinden het eng om op gelijke voet te *leven* met cliënten; ze voelen zich soms aangevallen, hoewel er wel een omslag gaande is. Het zou goed zijn voor elke professional om mee te doen als deelnemer aan de METT, om zich echt in de leefwereld van de cliënt te verplaatsen. Het gesprek dat de professional indiceert of aangaat, gaat niet over goed of fout. De professional verleidt om hem/ haar zijn verhaal te laten doen en leerervaringen op te doen.

Start in de Wijk voor professionals

De training 'Start in de Wijk' voor professionals is een gezamenlijke scholing voor hulpverleners Maatschappelijke Opvang, Beschermd Wonen en Buurtteams. De training wordt ingezet op bewustzijnsvergroting bij professionals over het belang van empowerment en op het versterken van het sociaal en ondersteunend netwerk en de manier waarop je hieraan als professional kunt bijdragen. De kern van de training voor professionals is het faciliteren van richting geven aan wat cliënten zelf kunnen en willen. De training gaat ook over samenwerking met de buurtteams. Bevindingen worden in een apart onderdeel gemonitord.

9. Conclusie(s)

Er is een groot gat tussen opvang en zelfstandig wonen. Een van de deelnemers noemt de overgang van opvang naar wonen zelfs problematisch. Hoe moet of kan je hiermee omgaan?

‘Stop met dingen te regelen voor deze mensen. Wat betreft koken; regel je eigen eten; ga niet wachten tot de medewerkers gaan koken. Ga je eigen vloer leggen. Op dit moment is de structuur en het patroon dat er te veel geregeld en te veel gedaan wordt voor cliënten die uit gaan stromen’. Ook gaat de uitstroom véél te snel! De wal kan het schip keren als het te snel gaat en mensen weer terugvallen, aldus één van de deelnemers van de METT.

Waar moeten we rekening mee houden? Door vijf deelnemers.

- Terugval speelt een grote rol; je bent ‘best’ kwetsbaar
- Uitstromers uit de maatschappelijke opvang (MO) landen beter in de wijk; Beschermd Wonen uitstromers en mensen met blijvend psychiatrische problematiek zijn ‘toch kwetsbaarder’. Punt is dat SVP’ers slechts vijftien minuten per week hebben en het wijkteam slechts één uur per week. Dat is te weinig en komt voort uit kortetermijndenken van de (lokale) politiek. Het verschilt per gemeente. Dit speelt in gemeente Veenendaal. In gemeente Utrecht wordt er iets minder vanuit de korte termijn gedacht. Er wordt duurzaam geïnvesteerd aan de hand van een langetermijnplan. Pak de kern aan; dat is de essentie van de gemeente Utrecht.
- Blijvend in de opvang en niet in herstel? Zoek dan een meer kleinschalige vorm. Bv de woonvorm van Kwintes in Zeist; de cliënten kunnen ’s nachts ook iemand bellen. Of ambulant wonen op ‘pantoffelafstand’ van de zorginstelling, onder andere in de vorm van beschut wonen en beschermd thuis. Maar, ambulante hulpverleners hebben echt heel weinig tijd. Over het algemeen alleen voor de praktisch ondersteunende zaken als de post etc. Aan het ‘werken aan een thuis’ komen de meeste ambulante hulpverleners niet toe.

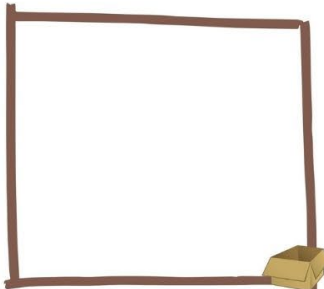
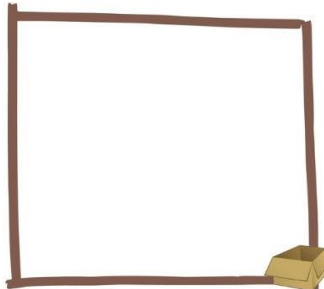
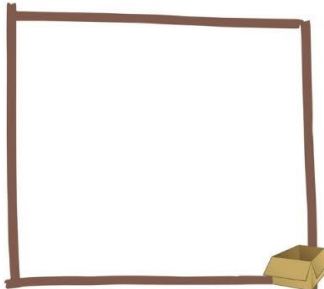
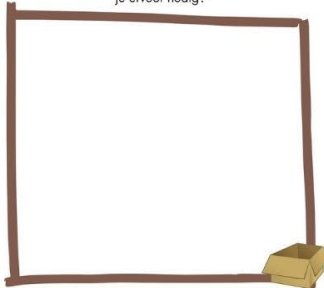
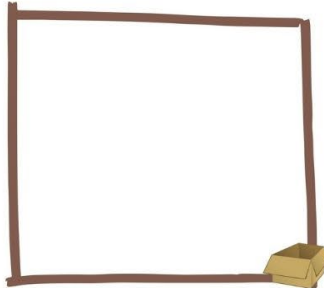
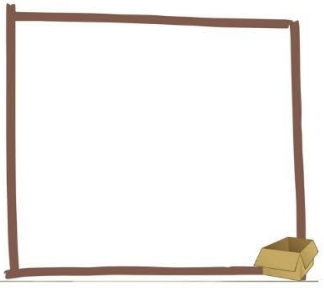
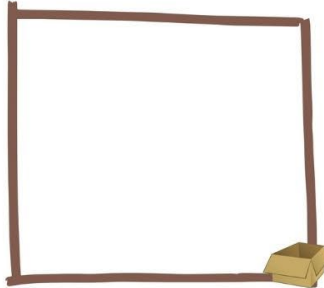
In deze context is de METT en de training Start in de Wijk zeer welkom!

De METT werkt van onbewust onbekwaam naar onbewust bekwaam, volgens de vier fases van de leercurve van Maslow. Mede door bewustwording lukt het de deelnemers de kern van zichzelf te raken. De oefeningen zijn hierop gericht, wat op de korte termijn positieve gezondheid, individuele empowerment en participatie bevordert.

Ik zie door de METT een toename van kennis en het leren en/ of versterken van vaardigheden in de praktijk. De feedback van deelnemers aan de METT impliceert dat zij de training als waardevol hebben ervaren en denken dat de training hen heeft geholpen. De tweede ronde interviews – eind 2023/ begin 2024 - gaat in op het duurzaam effect van de METT.

Bijlage 1

Overzicht van de werkbladen

DE VERHUISDOOS WIE BEN IK? Omschrijf wie jij bent. Denk hierbij aan vragen als: Hoe heet je? Hoe oud ben je? Waar kom je vandaan? Welke rollen heb je in je leven? Wat is belangrijk voor jou? Waar heb je een hekel aan? 	DE VERHUISDOOS KRACHTEN EN BELEMMERINGEN Welke krachten heb jij die helpend zijn in deze fase van je leven? Welke belemmeringen ken jij van jezelf die minder helpend zijn nu. Denk hierbij ook aan de krachten en belemmeringen vanuit je omgeving. 	DE VERHUISDOOS STEUN EN NETWERK Wie zijn jouw ondersteuners en wie ondersteun jij? Beide zijn even belangrijk. Wel zelf maar niet alleen! 
DE VERHUISDOOS ZINGEVING Heb je voldoende daginvulling? Heb je hobby's? Heb je een religie? Heb je vrijwilligerswerk? Heb je werk of dagbesteding? Wat vind jij belangrijk om te kunnen doen en kan je dat ook vanuit je nieuwe woning doen? Wat heb je ervoor nodig? 	DE VERHUISDOOS VERBINDING Er ligt eenzaamheid op de loer als je verhuist naar een nieuwe omgeving of de intensiteit van begeleiding neemt af. Hoe maak jij verbinding? Is er een stap dit je hierin zou willen nemen en zo ja, welke? 	DE VERHUISDOOS GEZONDHEID Welke doelen en stapjes haal jij uit de positieve gezondheidstest? Wat zou jij in stand willen houden of juist uit willen proberen voor een positieve gezondheid? 
DE VERHUISDOOS FASE VAN VERHUIZING/TERUGKOMST Wat en ook wie heb jij nodig om te kunnen landen in je nieuwe omgeving? Wat heb je gezien in de wijk dat je kan helpen om er thuis te voelen of in contact te staan met anderen? 		

Bijlage 3

De W.I.J.C.K.-wijze

Domeinoverstijgend samenwerken

 WIJ	Samenwerken met buurt en netwerk. Wie speelt welke rol?
 IK	Ondersteun vanuit zorgen dat in plaats van zorgen voor. Alles wat nodig is, is aanwezig.
 JIJ ●	Wat wil je, wat kun je, en wat heb je nodig om mee te doen en bij te dragen?
 COLLECTIEF	Zijn er gedeelde vragen of behoeften? Wat is het beschikbare aanbod?
 KOPPELEN	Stem af, informeer, plan, evalueer, en stel bij. Zorg dat iedereen zijn rol kan vervullen.