

Werken aan Netwerken



Handreiking methodisch begeleiden van het leerdoel sociaal netwerk

Afstudeeronderzoek aan de
Christelijke Hogeschool Ede
Maatschappelijk Werk en Dienstverlening

Opdrachtgever
St. Timon, Zeist

Hennie Keegstra-Nauta
Mei 2009

Werken aan Netwerken

**Handreiking methodisch begeleiden
van het leerdoel sociaal netwerk**



**Opdrachtgever
St. Timon
Zeist**

**Christelijke Hogeschool Ede
Maatschappelijk Werk en Dienstverlening**

**Hennie Keegstra-Nauta
Mei 2009**

Inhoudsopgave:

1. Inleiding	1
2. Overzicht woongroepenconcept.....	2
3. Hulpverleningsfasen	3
4. Methodische begeleidingswijze van het sociaal netwerk	4
5. Hulpmiddelen:.....	5
Bijlage 1: Groslijst	6
Bijlage 2: Sociogram.....	7
Bijlage 3: Netwerkcirkel	8
Bijlage 4: Netwerkcirkel Lensink	9
Bijlage 5: VIP Schema Sociaal Netwerk	10
Bijlage 6: Nabijheids Netwerk Cirkel.....	11
Bijlage 7: Netwerkcirkel vriendschappelijke betrekkingen	12
Bijlage 8: Vragen die bij een netwerkanalyse gebruikt kunnen worden:	13
Bijlage 9: Netwerkanalyse van functionele kenmerken.....	14
Bijlage 10: Netwerkanalyse van de structuur	15
Bijlage 11: Sociaal netwerk formulier	16
Bijlage 12: Mijn contacten:.....	17
Bijlage 13: Richtinggevende vragen voor het analyseren van de steunfuncties.....	18
Bijlage 14: Negen relevante thema's met richtlijnen voor sociale vaardigheidstraining	19
Bijlage 15: Steungroep overzicht.....	20
Bijlage 16: Stappenplan voor het versterken van het netwerk van de jongeren	21
Bijlage 17: Stapsgewijs begeleiden bij het zoeken naar een activiteit.....	22

1. Inleiding

Dit is een extra bijlage bij het onderzoek “Werken aan Netwerken”. Een onderzoek naar een bewezen effectieve werkwijze voor het begeleiden van het sociaal netwerk voor de ambulante woonbegeleiders van Stichting Timon.

In dit onderzoek staat het volgende beschreven. Een literatuurstudie over het sociaal netwerk met o.a. de structurele en functionele kenmerken. Een overzicht van enkele netwerkstrategieën en sociale netwerkmethodieken. Digitale invloeden op het sociale netwerk. Een praktijkgestuurd onderzoek, met een onderzoek onder de ambulante woonbegeleiders over het begeleiden van het sociale netwerk, een onderzoek naar de doelrealisaties van het leerdoel sociaal netwerk, en onderzoek van cliënt tevredenheidstoets.

Vooralsnog zijn er geen bewezen, effectieve methodieken voorhanden over het begeleiden van het sociaal netwerk. Wel zijn er gemeenschappelijke methodische stappen te ontdekken voor het methodisch begeleiden van het sociaal netwerk.

Dit onderzoek kan als aanzet worden gebruikt om uiteindelijk te klimmen op de ladder van effectiviteit, om te komen tot een effectief bewezen werkwijze binnen woongroep Timon.

Als verbetering is in het onderzoek naar voren gekomen dat de ambulante woonbegeleiders graag meer methodisch willen werken en tevens willen ze graag hulpmiddelen hierbij ontvangen. Deze handreiking is hiervoor een aanzet.

Als aanbeveling naar het beleid van de organisatie van Stichting Timon is een voorstel gedaan om deze hulpmiddelen digitaal beschikbaar te stellen via intranet.

Mijn wens is dat deze handreiking actief gebruikt mag gaan worden.

Hennie Keegstra-Nauta
Mei 2009

2. Overzicht woongroepenconcept

Korte beschrijving werkwijze

Het woongroepenconcept van St. Timon bestaat uit een twee jarig programma waarbij jongeren tussen de 18-30 jaar samen in een woongroep komen te wonen. De woongroep bestaat uit kernbewoners, gewone gezinnen en singles en de jongeren (meewoners) waarbij ieder zelfstandig een huishouding voert. Ook worden er gezamenlijke activiteiten ontwikkeld, zoals bijv. tweemaal per week gezamenlijk eten. De woongroep vormt een goede buur voor de jongeren en een natuurlijk sociaal netwerk. Hierin kunnen zij op natuurlijke wijze contacten aangaan en zo nodig sociale vaardigheden oefenen in een relatief veilige omgeving. Naast de woongroep ontvangen de jongeren ambulante woonbegeleiding, al naar gelang de behoefte. In het hulpverleningsplan staan de leerdoelen vermeld. Eén leerdoel daarvan is het opbouwen en onderhouden van een sociaal netwerk.

Doelgroep

Een Timon Woongroep biedt plek aan jongeren van 18-30 jaar, die te maken hebben met psychische en/of sociale problemen en daardoor nog niet volledig zelfstandig kunnen wonen. De problematiek van de jongeren is uiteenlopend van aard en doen zich voor op verschillende levensgebieden te denken aan wonen, werken/studie, gezinssituatie. De emotionele, sociale en/of cognitieve ontwikkeling is gestagneerd, waardoor het toegroeien naar zelfstandigheid bemoeilijkt is. Voor vrijwel alle jongeren geldt dat ze moeite hebben om de regie te voeren over hun eigen leefsituatie, bijv. het ontbreekt hen aan een adequaat netwerk, ze zijn vastgelopen in school- en/of werksituatie, ze hebben een tekort aan hulpbronnen en identificatiefiguren. Veelal is er sprake van een tekort aan maatschappelijke en sociale vaardigheden.

Doel

De jongeren in twee jaar begeleiden naar zelfstandig wonen. Als onderdeel van het zelfstandig wonen wordt aan het opbouwen en onderhouden van een sociaal netwerk gewerkt. Om vervolgens na de tijd in de woongroep, zelfstandig gebruik te kunnen maken van hun eigen hulp- en steunbronnen.

Aanpak

De jongeren wonen in een woongroep gedurende twee jaar in een woongroep. Samen met een goede burensamenwoner wonen zij zelfstandig binnen een woongroep. Gezamenlijk worden er activiteiten ontwikkeld, zoals tweemaal per week gezamenlijk eten, een woongroepweekend, woongroepvergaderingen en corvee. Naast het wonen in de woongroep worden ze één tot tweemaal per week, al naar gelang behoefte begeleidt door een ambulante woonbegeleider. Er wordt, op basis van een begeleidingsplan aan de leerdoelen bewerkt. Eén maal per vijf maanden vindt er een evaluatie plaats, samen met de behandelcoördinator, de ambulante woonbegeleider en de meewoner. Dan worden er ook doelrealisaties ingevuld. Na max. twee jaar gaat de jongere zelfstandig wonen buiten de woongroep, al en of niet met behulp van nabegeleiding.

Materiaal/hulpmiddelen

Diverse hulpmiddelen voor netwerkanalyse, actieplanformulier etc. zijn bijgevoegd als bijlagen. Deze kunnen al naar gelang het inzicht van de hulpverlener en de wensen van de cliënt worden gebruikt.

Onderzoek

De woongroepen methode van Timon met betrekking tot het begeleiden van het sociaal netwerk is onderzocht. Dit is gebeurd op basis van een literatuuronderzoek, een onderzoek naar het begeleiden door de ambulante woonbegeleiders, een doelrealisaties onderzoek (op basis van de GAS scores) en de cliënt tevredenheidstoets. (C Toets) Dit is een aanzet om te klimmen op de ladder van effectiviteit. (zie *Zicht op effectiviteit*. van Yperen en Veerman. (2008)

3. Hulpverleningsfasen¹

Hulpverleningsfasen:	Timon woongroep:
Oriëntatie- en kennismakingsfase	- Gesprek van cliënt voor intakegesprek met intake coördinator
Inventarisatie en analyse fase	- Vervolg intake. - Bespreken van cliënt in aanmeldingscommissie
Doelstellingsfase	- Vaststellen hulpverleningsplan in overleg met cliënt in gesprek met behandelcoördinator
Planningsfase	- Logeren in woongroep - Startgesprek. - Ondertekenen hulpverleningsplan - Ondertekenen huurcontract
Uitvoeringsfase	- Begeleidingstraject in de woongroep met ambulante woonbegeleiding
Evaluatiefase	- Evaluatie gesprekken elke vijf maand met cliënt, behandelcoördinator en ambulante woonbegeleider. - Eventueel kan bijstelling van hulpverleningsplan plaatsvinden. - Laatste evaluatie is Eindevaluatie als afsluiting van het traject.

¹ Wilken, J.P. & Hollander D. den (1999,2008) *Psychosociale Rehabilitatie. Een integrale benadering*. Utrecht: SPW. pag. 63

4. Methodische begeleidingswijze van het sociaal netwerk

Binnen de woongroep is reeds het hulpverleningsplan in overleg met de cliënt vastgesteld, waarin meestal het leerdoel over het sociaal netwerk in is vermeld. (zie hulpverleningsfasen) De cliënt heeft daarbij aangegeven, dat het aan het leerdoel wil gaan werken door het ondertekenen van het hulpverleningsplan. Vanuit die situatie kunnen de volgende stappen worden genomen.

Stappenplan:

- 1. Analyseren van het sociaal netwerk - de structurele en functionele kenmerken**
- 2. Inventariseren van wensen**
- 3. Plannen om wensen te bereiken**
- 4. Uitvoeren van het plan**
- 5. Evalueren**

1. Analyseren van het sociaal netwerk - de structurele en functionele kenmerken

- Een goede analyse brengt bewustwordingsproces bij de cliënt op gang.
- Het analyseren van een netwerk kan confronterend zijn voor de cliënt.
- In deze handreiking zijn verschillende hulpmiddelen als hulp voor de netwerkanalyse bijgevoegd. De keuze van het hulpmiddel moet aansluiten bij de cliënt.

2. Inventariseren van wensen

- Het is van groot belang om aan te sluiten bij de wensen van de cliënt. Vraag ernaar!

3. Plannen om wensen te bereiken

- Ga samen met de cliënt na wat de mogelijkheden zijn om het netwerk uit te breiden
- Formuleer hieruit samen netwerkwenen
- Formuleer doelen die gemakkelijk uitvoerbaar en te behalen zijn en formuleer acties.
- Bespreek welke hulp de cliënt daarbij nodig heeft.

4. Uitvoeren plan

- Acties die zijn geformuleerd worden uitgevoerd.
- Geef de cliënt de mogelijkheid om de acties uit te voeren.
- Bespreek de eventuele weerstanden of de dingen waar hij/zij tegen aanloopt.
- Stimuleer de cliënt in de acties.

5. Evalueren

- Bespreek regelmatig de vooruitgang.
- Bespreek in de vijfmaandelijke evaluatie het sociaal netwerk.

Deze stappen kunnen worden beschreven in samenvatting van de stappen als hulp voor de begeleider en de cliënt. Dit geeft duidelijkheid en structuur.

Het zijn dezelfde formulieren, alleen anders geformuleerd.

- Sociaal netwerk formulier (bijlage 11)
- Sociaal netwerk formulier mijn contacten (bijlage12)

5. Hulpmiddelen:

Er is een lijst met hulpmiddelen beschikbaar. Hier uitkan een keuze worden gemaakt. Het is daarbij van belang om de hulpmiddelen aan te laten sluiten bij de wensen van de cliënt. Het is ook van belang om het hulpmiddel aan te laten sluiten bij de situatie van de cliënt.

Voor analyseren van het sociaal netwerk:

Analyseren om algemeen inzicht in sociaal netwerk te verkrijgen.

- Groslijst (bijlage 1)
- Sociogram (bijlage 2)
- Netwerkcirkel (bijlage 3)

Analyseren van structurele kenmerken: samenstelling, onderlinge afhankelijkheid, bereikbaarheid, gevarieerdheid, dichtheid

- Netwerkcirkel van Lensink (bijlage 4)
- VIP overzicht (bijlage 5)
- Nabijheids netwerk cirkel (bijlage 6)
- Netwerkcirkel vriendschappelijke betrekkingen (bijlage 7)
- Vragen die bij een netwerkanalyse gebruikt kunnen worden (bijlage 8)
- Genogram kan ook als een netwerkanalyse van de familie worden gebruikt.

Analyseren van functionele kenmerken

- Netwerkanalyse van functionele kenmerken (bijlage 9)
- Netwerkanalyse (bijlage 10)

Inventariseren wensen / Plan om wensen te bereiken/plan maken/evalueren

- Sociaal netwerk formulier (bijlage 11)
- Sociaal netwerk formulier mijn contacten (bijlage 12)

Hulpmiddelen divers:

- Richtinggevende vragen voor het analyseren van de steunfuncties in iemands netwerk (bijlage 13)
- Overzicht 9 relevante thema's met richtlijnen voor sociale vaardigheidstraining (bijlage 14)
- Stappenplan voor het versterken van het netwerk van de jongeren (bijlage 15)
- Steungroep overzicht (bijlage 16)
- Stappenplan voor het versterken van het netwerk van de jongeren (bijlage 16)
- Stapsgewijs begeleiden bij het zoeken naar een activiteit (bijlage 17)

Bijlage 1: Groslijst**Mijn contacten zijn:**

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	

Datum:**Naam:**

Bijlage 2: Sociogram



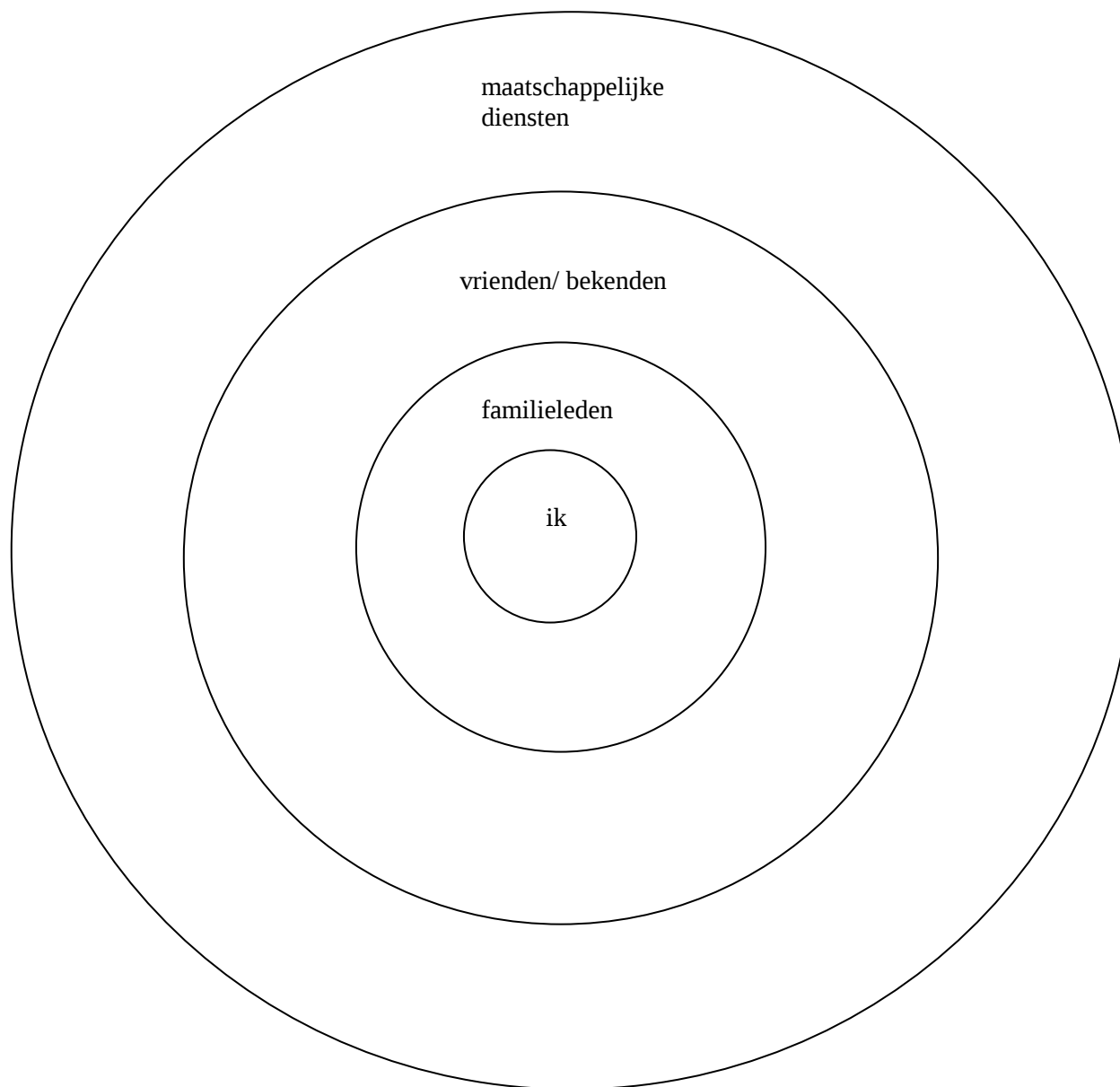
Gezin	Familie	Vrienden/ Kennis- sen	School en/of werk	Kennissen uit kerk of gemeente
Naam				
Buren	Instanties	Sport	Vrijtijdsbesteding	Overig

Datum:

Bijlage 3: Netwerkcirkel

Naam:

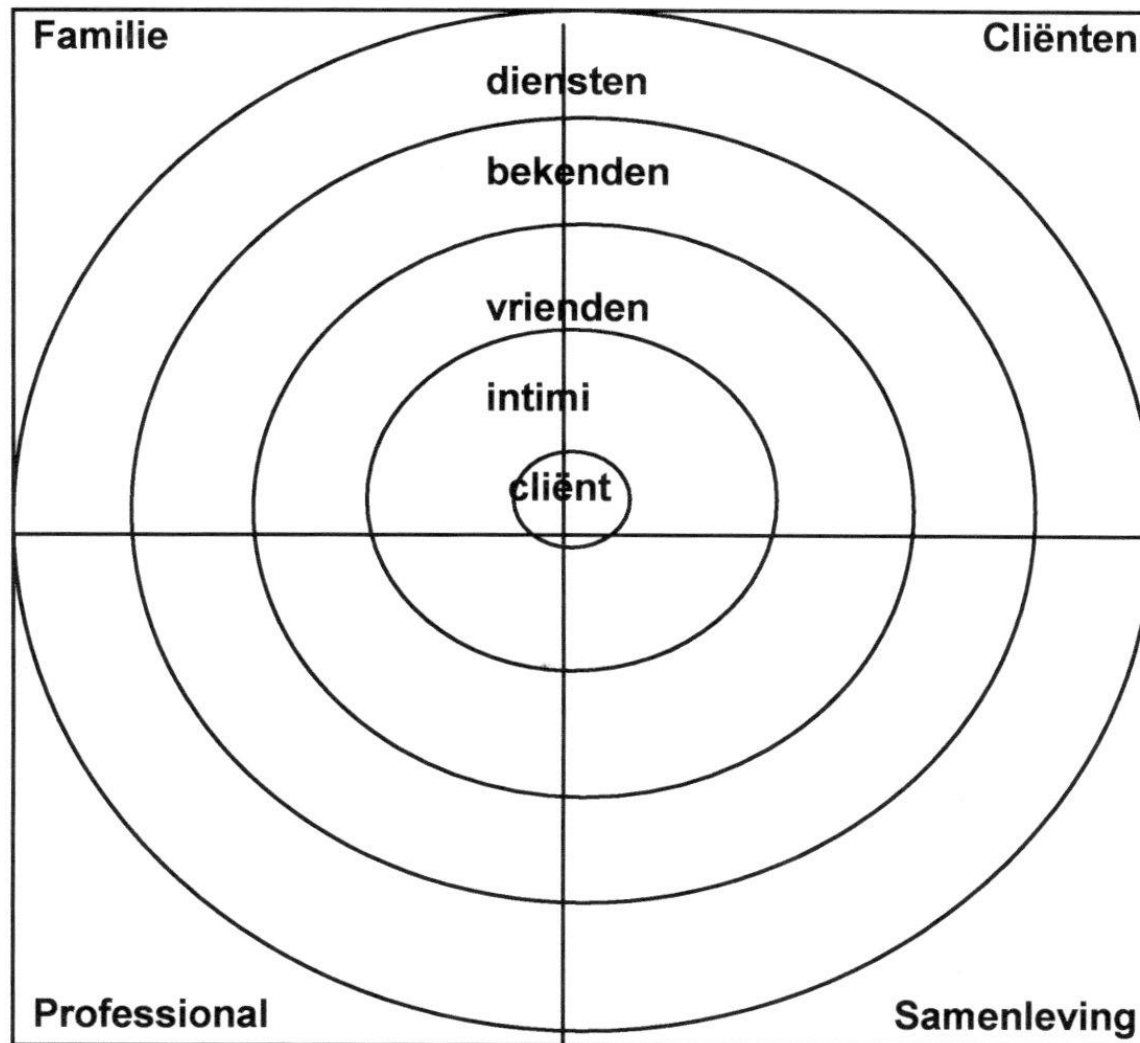
Datum:



Bijlage 4: Netwerkcirkel Lensink: ²

Naam:

Datum:



² uitgetekend volgens de methodiek van Brian Lensink

Timon

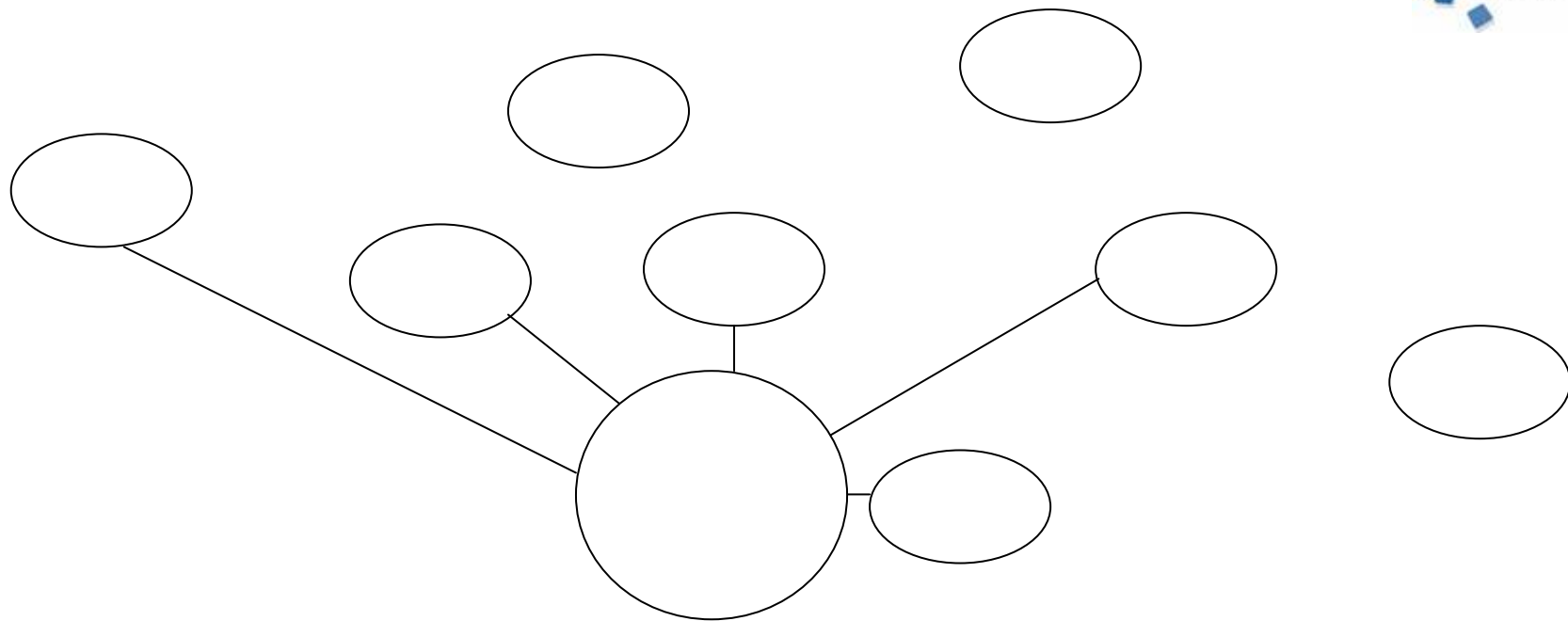
Datum:

[illegible]

Bijlage 6: Nabijheids Netwerk Cirkel

Naam:

Datum:

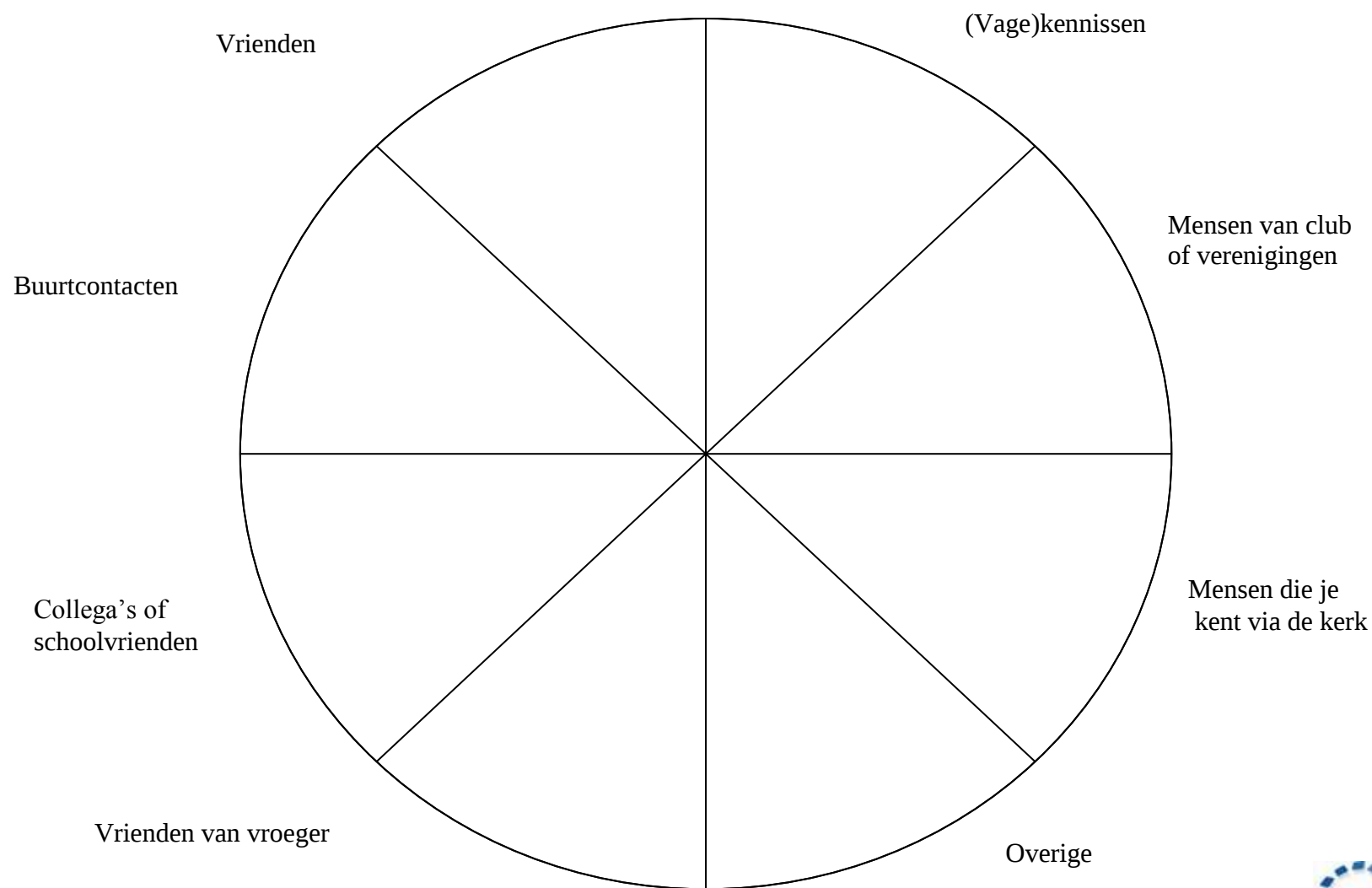


**Welke mensen staan dichtbij?
Teken er zelf cirkels bij.**

Bijlage 7: Netwerkcirkel vriendschappelijke betrekkingen

Naam:

Datum:





Bijlage 8: Vragen die bij een netwerkanalyse gebruikt kunnen worden:

Algemene vragen:

- Hoe is het om een netwerkcirkel in te vullen?
- Wat vind je er goed aan?
- Wat valt je op?

Analyseren

- Welke structurele kenmerken vertoont het netwerk? (Verwanten, vrienden en bekenden, maatschappelijke diensten)
- Is de samenstelling voldoende groot is en gevarieerd?
- Zijn er voldoende leeftijdsgenoten?
- Zijn er voldoende mensen dichtbij?
- Zijn de netwerken bereikbaar?
- Met wie heb je al langer contact?
- Is het netwerk te dicht of te los?
- Hoe heeft het netwerk zich ontwikkeld?
- Welke ontwikkelingen hebben zich voorgedaan in het netwerk? bv ruzies in de familie.
- Hoe ziet de onderlinge afhankelijkheid er uit en hoe wordt die ervaren?
- Wie zijn je tot steun geweest en op wat voor manier?
- Bij wie zou je kunnen en willen uithuilen?
- Naar wie zou je moeilijke dingen delen?
- Wie mag naar de achtergrond?
- Zijn er voldoende identificatiefiguren?
- Welke functies vervult het netwerk? (praktische steun, materiele steun, emotionele steun)
- Welke functies worden onvoldoende vervuld?
- Wat belemmert jou om contact op te nemen met de ander?
- Wat zou jou helpen om de belemmeringen te overwinnen?
- Zijn er mogelijkheden om contacten te vernieuwen?

Inventariseren van wensen:

- Wat zou jij graag willen?
- Wat zou je nog meer willen?
- Wat zou je anders willen?
- Wat wil je over een half jaar anders zien?
- Welke aanvulling in je contacten zou je willen?

De netwerkanalyse werkt als een stuk bewustwording. Een analyse is een hulpmiddel dat uiteindelijk moet leiden tot een verbetering en uitbreiding van het sociale netwerk.

Idee:

De persoon zelf een tekening laten maken, al of niet met kleuren.
Aan de hand van dat overzicht wordt gevraagd wat hun wensen zijn.

Bijlage 9: Netwerkanalyse van functionele kenmerken³



Naam:

Datum:

Netwerkleiden:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Functies:												
<i>Emotionele steun:</i>												
<i>Cognitieve steun:</i>												
<i>Waarderingssteun:</i>												
<i>Normatieve steun:</i>												
<i>Sociale contact:</i>												
<i>Materiele steun:</i>												
<i>Praktische steun:</i>												
<i>Sociale en maatschappelijke invloed:</i>												

++ = zeer veel steun

+ = veel steun

+/- = variabele steun

- = weinig steun

-- = geen steun

Namen:

1 =

2 =

3 =

4 =

5 =

6 =

7 =

8 =

9 =

10 =

11 =

12 =

³ Hendrix, H. (1997) *Bouwen aan netwerken. Leer- en werkboek voor het bevorderen van sociale steun in de hulpverlening*. Baarn: H. Nelissen B.V.



Bijlage 10: Netwerkanalyse van de structuur

Naam en datum:
Samenstelling:
Onderlinge afhankelijkheid:
Bereikbaarheid:
Gevarieerdheid
Dichtheid

Bijlage 11: Sociaal netwerk formulier

Naam:	Datum:
Analyse:	
Wensen:	
Plannen om wensen te bereiken:	
Uitvoeren plan:	
Evaluatie datum:	



Bijlage 12: Mijn contacten:

Naam:	Datum:
Wie ken ik?	
Wat wil ik?	
Wat wil ik anders?	
Wat onderneem ik?	
Welke datum wil ik het opnieuw bekijken:	

Bijlage 13:

Richtinggevende vragen voor het analyseren van de steunfuncties⁴

Emotionele steun:

1. Aan wie vertel jij het als je verdrietig bent?
2. Van wie denk je dat hij of zij jou goed begrijpt?
3. Wie moedigt jou aan om dingen te doen die jij leuk vindt?
4. Wie helpt jou als je verdrietig of boos bent?

Cognitieve steun:

5. Naar wie ga jij toe als je iets wilt vragen?
6. Waarover vraag jij dingen? Is er verschil bij wie je iets vraagt over auto's of over je kapotte stoel?
7. Zijn er mensen die jou uitleggen hoe het komt als er iets gebeurt, bijvoorbeeld als je koffiemelk zuur geworden is? Of als je trein kapot is?
8. Als je iets moeilijk vindt en dat bespreekt met een ander, zijn er dan mensen die jou laten weten dat ze het zelf ook moeilijk vinden?

Waardering:

9. Van wie krijg je wel eens complimenten?
10. Wie vraagt aan jou wel eens om raad?
11. Wie vraagt er aan jou of je wilt helpen bij dingen?
12. Van wie vind je dat ze rekening met je houden? Bijvoorbeeld door jou in te lichten als het druk wordt in de ontmoetingsruimte naast jouw kamer en dan jou vraagt wat je wilt?

Normatieve steun:

13. Met wie maak je wel eens afspraken?
14. Van wie vind je dat hij/zij zich aan zijn afspraken houdt? En van wie vind je dat hij/zij zich er niet aan houdt?
15. Met wie zou jij meer afspraken willen maken?

16. Zijn er mensen die jou vertellen wat je moet doen of wat je bijvoorbeeld moet zeggen tegen iemand anders? Bijvoorbeeld als er iets is op je werk? Wie helpt jou dit oplossen?

Sociale steun:

17. Door wie word je wel eens uitgenodigd voor een bezoekje of uitstapje?
18. Wie komt er wel eens bij jou op bezoek?
19. Zijn er mensen van wie je wel eens een kaartje krijgt?
20. Bij wie zou je vaker op bezoek willen of met wie zou je vaker weg willen gaan?
21. Van wie zou je willen dat hij/zij vaker bij jou op bezoek kwam?

Materiële steun:

22. Wie helpt jou als je dingen wilt veranderen in je kamer of als je dingen wilt ophangen ofzo?
23. Wie gaat met jou kleding kopen?
24. Aan wie vraag jij het als je iets wilt kopen?
25. Wie helpt jou om vervoer te regelen als je ergens naar toe gaat? Praktische steun:
26. Wie helpt jou om je kamer netjes te houden?
27. Wie helpt jou als je, je bed moet verschonen?
28. Wie helpt jou als je post krijgt om dit te lezen?
29. Wie maakt dingen die kapot zijn voor jou?

Sociale en maatschappelijke invloed:

30. Is er iemand die jou helpt als de buurtkinderen door de tuin lopen?
31. Als jij ruzie hebt met een medecliënt, wie helpt jou dan?

⁴Hendrix, H. (1997) *Bouwen aan netwerken. Leer- en werkboek voor het bevorderen van sociale steun in de hulpverlening*. Baarn: H. Nelissen B.V.

Bijlage 14: Negen relevante thema's met richtlijnen voor sociale vaardigheidstraining⁵

- **Een praatje maken**
 - Ga na of je hier een praatje kunt maken
 - Kijk de ander aan
 - Groet de ander
 - Zeg iets over wat jullie beiden zien, horen of voelen
 - Let op de reactie van de ander
 - Ga daar op in, of rond het gesprek af
- **Luisteren**
 - Kijk de ander aan
 - Toon interesse, met of zonder woorden
 - Vraag naar dingen die je niet begrijpt
 - Herhaal kort wat gezegd is
 - Geef je eigen mening of je gevoel
 - Let op de reactie van de ander
- **Iets bespreken**
 - Kies een goed moment uit
 - Vertel de ander dat je wilt praten en waarover
 - Vertel de ander wat je kwijt wilt
 - Vraag wat de ander daarvan vindt
 - Luister goed naar de ander
 - Rond het gesprek al met een conclusie
- **Uiten van kwaadheid**
 - Let goed op je lichaam (onder andere je houding)
 - Ga na of je iets dwarszit
 - Ga na door wie of wat dat komt
 - Kies een goed moment om het te uiten
 - Laat horen dat je kwaad bent en waarom
 - Luister naar de reactie van de ander
- **Reageren op kwaadheid**
 - Luister aandachtig naar de ander
 - Laat merken dat je ziet dat de ander kwaad is
 - Vraag naar wat je er niet van begrijpt
 - Laat merken dat je begrijpt waarom de ander kwaad is
 - Als je denkt dat nu het goede moment is: geef je mening of uit je gevoelens
- **Uiten van waardering en genegenheid**
 - Ga na wat je prettig vindt aan de ander
 - Beslis of je wat wilt laten merken
 - Kies een goed moment om het te uiten
 - Kijk de ander vriendelijk aan
 - Laat de ander merken wat je prettig vindt, met en zonder woorden
 - Let op de reactie van de ander
- **Reageren op waardering en genegenheid**
 - Let op wat de ander je aan waardering of genegenheid laat merken
 - Kijk de ander daarbij aan
 - Laat tot je doordringen dat die ander van jou goed vindt
 - Laat merken dat je dat prettig vindt
 - Geef, als je wilt de ander jouw waardering of genegenheid
- **Op komen voor je mening**
 - Ga na wat je vindt van de situatie
 - Beslis of je die wilt voorkomen
 - Vertel de ander duidelijk en volledig je mening
 - Luister naar de reactie van de ander
 - Als je daarover niet tevreden bent, zeg dan je mening nog eens
- **Tegen de ander ingaan**
 - Luister goed naar wat de ander je vraagt of zegt
 - Vraag zo nodig naar wat je er niet van begrijpt
 - Ga na op welke punten je het er niet mee eens bent
 - Vertel de ander duidelijk waar je het niet mee eens bent en waarom
 - Let op de reactie van de ander
 - Maak zo nodig nog eens duidelijk waar je in ieder geval niet mee akkoord gaat

⁵ 4 Goldsteintraining, bewerkt door v/d Zee, v/d Molen, en v/d Beek
Wilken, P. e.a. (1999,2008) Psychosociale Rehabilitatie. Amsterdam:SWP pag.177-179

Bijlage 15: Steungroep overzicht



Naam:

Datum:

	Naam	Relatie	Telnr	Taken ten bate van ondersteuning
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				

Bijlage 16: Stappenplan voor het versterken van het netwerk van de jongeren:⁶

1) Jongeren motiveren en bepalen welke personen (het eerst) bezocht gaan worden

- Nagaan welke vrienden van bv digitale contacten de jongere meer contact mee wil.

2) Contact leggen met personen uit het netwerk

- Contact zoeken via e-mail of digitale sociaal netwerk
- Bellen of langsgaan
- Contact via een omweg

3) Bezoeken van personen uit het netwerk

- Voorbereiding
- Rol van ambulant begeleider
- Inhoud van gesprek
- Nabespreking van een bezoek

4) Versterking van sociale ondersteuning

- Aanwezige benodigde sociale ondersteuning
- Vragen van (extra) ondersteuning aan personen uit het netwerk
- Conflictbemiddeling

Uitbreiden van het bestaande sociale netwerk

- Oude contacten opfrissen
- “Vluchtige” contacten inventariseren
- Nieuwe contacten aangaan

Interventies om het netwerk te vergroten kunnen zijn:

- Het hernieuwen van de contacten met familieleden en oude bekenden
- Het inschakelen van vrijwilligers, zoals maatje of buddy.
- Het bevorderen van lotgenoten contact, bijvoorbeeld via contactgroepen.
- Variatie verbeteren door: Nieuwe hobby of bv sport te gaan beoefenen.
- Dichtheid, de contacten tussen de cliënt, familie, collega's huisgenoten ect. actief te bevorderen



⁶ Spanjaard, H. (2003) De vertrektraining. Intensief ambulante hulp gericht op competentievergroting en netwerkversterking. Utrecht: NIZW. pag. 184 en aanvulling H. Keegstra.

Bijlage 17: Stapsgewijs begeleiden bij het zoeken naar een activiteit.⁷

Het is goed te realiseren dat alles wat de jongere zelf kan doen, de begeleider niet hoeft te doen.

Voor bereiden van de jongere:

- Vind je dat je genoeg vrienden hebt? Met wie doe je allemaal dingen samen? Voorbereiden op eventuele netwerkopdracht.
- Bewust maken wat voor rol de jongere zelf kan hebben in geheel.

Een activiteit kiezen

- Vragen: Wat deed je vroeger? Wat doe je op dit moment? Wat zou je graag willen?
- Hoe wil je activiteit doen? In groepsverband of allen met iemand samen?
- Lijst met activiteiten maken?
- Top 3 samenstellen en opschrijven.

Een activiteit verkrijgen

- Voor het opzoeken van een activiteit: Waar zoek ik het? Hoe kom ik dingen te weten?
- Het maken van een afspraak: Hoe stel ik mij voor? Hoe laat is het? Kan ik een proefles krijgen? Wat is de contributie? Heb ik speciale kelen nodig? Wanneer kan ik langskomen?
- Voor het eerst op bezoek bij een activiteit: Wie moet ik aanspreken, wat vertel ik, wat wil ik weten, Hoe stel ik me voor en aan wie allemaal? Eventueel gaan begeleider en deelnemer eerste keer samen er heen.

Een activiteit behouden

- Praktische zaken: naleven van clubregels, contributie betalen, op tijd komen en juiste kleding
- Belevingsaspecten: heb je er plezier in? Bespreken waarom contact belangrijk is.

Persoonlijke begeleider kan als coach optreden bij de kiezen, verkrijgen en behouden van de activiteit.

⁷ van Dijk, T. (2001) *Methodiek sociale steun vluchtelingenjongeren*. Utrecht: Pharos. pag. 36-40

