

Tuppercare: voorlichting aan huis bij allochtone vrouwen

door Malika Boukbir¹

Inhoud

| | | |
|-------|---|----------|
| 1. | Inleiding | D8800- 3 |
| 2. | Wat is tuppercare? | D8800- 3 |
| 3. | De doelgroep binnen het tuppercare-project | D8800- 4 |
| 4. | De gastvrouw | D8800- 4 |
| 5. | De begeleidster | D8800- 5 |
| 6. | Tuppercare in de praktijk | D8800- 5 |
| 7. | Casus | D8800- 7 |
| 8. | Wat heb je nodig voor een tuppercare-sessie? | D8800- 9 |
| 9. | Dilemma's tijdens een sessie | D8800-10 |
| 9.1. | Inhoud | D8800-10 |
| 9.2. | Groepsproces | D8800-11 |
| 9.3. | Tijd | D8800-11 |
| 10. | De rollen van de begeleidster tijdens een tuppercare-sessie | D8800-12 |
| 10.1. | Gast | D8800-12 |
| 10.2. | Hulpverlener | D8800-12 |

1 Malika Boukbir is intercultureel bemiddelaar, Centra voor Alcohol- en andere Drugproblemen, Hasselt (B).

| | | |
|-------|------------------------|----------|
| 10.3. | Informant | D8800-12 |
| 10.4. | Procesbegeleidster | D8800-13 |
| 11. | Persoonlijke reflectie | D8800-13 |
| 11.1. | Eerste fase | D8800-13 |
| 11.2. | Tweede fase | D8800-14 |
| 11.3. | Derde fase | D8800-15 |
| | Tot slot | D8800-16 |

1. Inleiding

In dit artikel wordt de tuppercare-methode besproken die gebruikt wordt om Marokkaanse en Turkse vrouwen te bereiken die niet actief zijn buitenshuis. Sinds enkele jaren hebben de Centra voor Alcohol- en andere Drugproblemen een specifiek aanbod voor de allochtone gemeenschap. Dit aanbod heeft vooral betrekking op drugpreventie en hulpverlening binnen de verslavingszorg. Er zijn twee intercultureel bemiddelaars werkzaam binnen de instelling. Zij hebben als taak voor de allochtone gemeenschap (Turken en Marokkanen) een afgestemd preventieaanbod te creëren. De intercultureel bemiddelaars maken deel uit van het preventieteam en worden door de directe collega's ondersteund in het ontwikkelen van dit aanbod. Tot op heden worden de preventieactiviteiten georganiseerd in samenwerking met verschillende socioculturele verenigingen. In de praktijk hebben de intercultureel bemiddelaars ondervonden dat een grote groep Marokkaanse en Turkse vrouwen niet bereikt wordt. Via de traditionele preventiekanalen worden vooral de vrouwen bereikt die actief zijn in het verenigingsleven. Vandaar dat specifieke aandacht nodig is voor de vrouwen die niet actief zijn buitenshuis en daardoor niet worden bereikt. Het hanteren van een laagdrempelige methodiek dringt zich hier dan ook op.

2. Wat is tuppercare?

De naam tuppercare is afgeleid van Tupperware. De tuppercare-methode is een laagdrempelige manier van werken die het mogelijk maakt om bij Marokkaanse en Turkse vrouwen aan huis voorlichtingsbijeenkomsten te organiseren. Binnen het sociaal netwerk van de vrouwen wordt er gezocht naar sleutelfiguren die hun eigen leefomgeving ter beschikking stellen om deze activiteiten te laten plaatsvinden. De vrouwelijke sleutelfiguren krijgen de gelegenheid om zelf de groep samen te stellen, die vooral bestaat uit vriendinnen, kennissen en familieleden. De sleutelfiguur wordt als gastvrouw beloond voor haar medewerking. Zij krijgt van de organisatie (CAD) een grote mand met gezonde hapjes. Dit zorgt ervoor dat de andere aanwezigen geprikkeld worden zich kandidaat te stellen als gastvrouw voor een volgende informatiesessie.

3. De doelgroep binnen het tuppercare-project

De groep waar de tuppercare-methode op gericht is, bestaat uit Marokkaanse en Turkse vrouwen die niet actief zijn in het verenigingsleven. Deze vrouwen worden niet of nauwelijks bereikt via de traditionele preventiekanalen. Zij hebben een duidelijk afgebakende rol als vrouw binnen hun cultuur. Ze staan vooral in voor het huishouden en de opvoeding van de kinderen. Zij hebben weinig contact met vrouwen uit een andere cultuur en zijn vooral niet actief buitenshuis. Ze hebben wel veel onderling contact en komen dagelijks bij elkaar over de vloer. Deze vrouwen kunnen nauwelijks Nederlands lezen of schrijven en hebben heel weinig kennis wat betreft de westerse cultuur. Wat de drugproblematiek betreft is er een grote informatieachterstand. De taal- en cultuurbarrière zorgt ervoor dat deze vrouwen moeilijk geïnformeerd kunnen worden. De laagdrempelige tuppercare-methode maakt het mogelijk de vrouwen te informeren in hun eigen taal. Bovendien wordt rekening gehouden met de gevoeligheden, waarden en normen binnen hun cultuur. Deze methode biedt een manier van werken, waarin al deze moeilijke elementen geplaatst kunnen worden. De groep binnen een tuppercare-sessie mag nooit te groot zijn (max. acht personen). Op deze manier kan de begeleidster elk individu voldoende aandacht, tijd en ruimte bieden.

4. De gastvrouw

De gastvrouw speelt een centrale en belangrijke rol binnen het tuppercare-project. De gastvrouw maakt deel uit van een groot sociaal netwerk en heeft een grote invloed binnen haar eigen vrienden- en kennissenkring. De gastvrouw is iemand die bereid moet zijn om actief samen te werken met de begeleidster, zowel voor, tijdens als na de bijeenkomsten, die alleen maar onder deze voorwaarde kunnen plaatsvinden. Zij stelt de groep samen en bereidt de deelnemers voor op het inhoudelijke thema. Zij heeft een grote vrijheid om te bepalen op welke manier zij dit wil uitvoeren. Hierbij kan zij altijd rekenen op de ondersteuning van de begeleidster. De rol van de gastvrouw en haar invloed zullen hierna uitgebreider omschreven worden.

5. De begeleidster

De begeleidster draagt de verantwoordelijkheid voor de uitvoering van het project. Bij voorkeur spreekt zij de taal van de doelgroep en beschikt zij over voldoende culturele achtergrondbagage om met deze groep te kunnen werken.

De rol van een begeleidster tijdens een tuppercare-sessie bestaat voornamelijk uit informatie verstrekken, hulp verlenen, procesbegeleiding en gespreksleiding. De begeleidster neemt deel aan de bijeenkomst, zij neemt een gelijkwaardige positie in ten opzichte van de vrouwen. Daardoor is de afstand tussen de begeleidster en de vrouwen klein. In de informele sfeer is het van groot belang dat de begeleidster zich flexibel opstelt en ruimte en tijd biedt om dieper op de gesprekstof in te gaan. Persoonlijke aandacht en betrokkenheid dragen bij aan een goede sfeer. Daarbij moet de begeleidster blijven proberen het zelfvertrouwen van de vrouwen te versterken. Het is van groot belang dat de begeleidster ervaring heeft in het werken met migrantenvrouwen. Ze moet in staat zijn te plaatse de inbreng van de vrouwen te gebruiken in een vormingscontext. Daarenboven houdt ze voortdurend oog op de vooropgestelde doelstellingen van het project. Ze brengt de vrouwen in korte tijd de vaardigheden bij die ze nodig hebben om binnen een groep aan bepaalde doelstellingen te kunnen werken.

Verantwoordelijkheid kunnen geven en nemen zijn voor de begeleidster noodzakelijk om te kunnen samenwerken met deze vrouwen. Een tuppercare-sessie vraagt van de begeleidster een zekere mate van stressbestendigheid. Het is moeilijk voor de begeleiding om zich te houden aan een uitgeschreven programma. Men kan op voorhand niet voorspellen hoe en wat de inbreng van de vrouwen zal zijn. Vandaar dat de aanpak tijdens de sessie meer een vorm van maatwerk vereist. De begeleidster maakt tijdens de sessie een selectie van de informatieverschaffing om de vrouwen niet te overbelasten en zorgt ervoor dat er binnen de informele sfeer verschillende thema's aan bod kunnen komen.

6. Tuppercare in de praktijk

Het totale project kan duidelijk in verschillende fasen worden verdeeld. Bij de start staan vooral de gastvrouw, haar echtgenoot en de begeleidster centraal.

Het is essentieel dat de gastvrouw overtuigd wordt van het belang van het project. Op deze manier zal zij ook in staat zijn het met haar man te

bespreken en op haar beurt de genodigde vrouwen te overtuigen van het belang van de bijeenkomst. De echtgenoot is in de eerste fase een actieve partner. Belangrijk hierbij is het overleg tussen hen beiden en de begeleidster. De partner wordt hierbij betrokken, omdat in deze cultuur vrouwen gewoon zijn de positie van de man te respecteren en er rekening mee te houden. Het voorkomt ook misverstanden naar de gemeenschap toe en zorgt ervoor dat hij in staat is om bij misinterpretaties over het project de juiste informatie te verschaffen. Het vertrouwen van beide partners in de begeleiding is een noodzaak om te komen tot een vrijwillige organisatie van de bijeenkomsten.

In het eerste contact moet het vertrouwen in elkaar voor een groot deel nog opgebouwd worden. De begeleidster kan dit onder meer doen door vanuit haar professionele kader het belang van het beroepsgeheim aan te halen en dit grondig te bespreken. Door het informele karakter van het project is het voor de betrokkenen meestal heel moeilijk om te geloven dat de anonimiteit gewaarborgd is. In de Marokkaanse cultuur bijvoorbeeld is hiërarchie heel belangrijk. Om Marokkaanse vrouwen te overtuigen van het professionele werkkader kan de begeleidster gebruikmaken van het organogram van de dienst. Zij kan hierin aangeven welke plaats zij inneemt binnen de organisatie, en op die manier duidelijk maken aan wie ze verantwoordelijkheid moet afleggen. Het werkkader wordt dus voor de partners visueel zichtbaar gemaakt waardoor ze een vorm van zekerheid krijgen. Deze garantie behoort ook tot de voorwaarden om tot een tuppercare-sessie te komen.

Als men eenmaal zover is dat de gastvrouw klaar is om een bijeenkomst te plannen, moeten er duidelijke afspraken worden gemaakt over de inhoud van de sessie. Bij voorkeur wordt deze inhoud van tevoren besproken, zodat de gastvrouw voor een groot deel weet wat er tijdens de bijeenkomst aan bod zal komen. Dit is ook van groot belang voor de partner. Als de gastvrouw zelf in staat is om dit over te brengen aan haar partner, is het niet nodig dat dit door de begeleiding gebeurt. De gastvrouw start in deze fase al met het nemen van de verantwoordelijkheid binnen het project. Zij krijgt de vrijheid om dit op haar eigen manier te doen, zowel naar haar partner als naar de vrouwen die uitgenodigd worden.

In deze fase mag de begeleidster er nog niet honderd procent van uitgaan dat de bijeenkomsten ook zullen doorgaan. Het is nodig de gastvrouw steeds te blijven overtuigen en aan te sporen. De begeleidster wordt in verschillende rollen geplaatst tijdens de bijeenkomsten. Ze wordt op de eerste plaats door de vrouwen gezien als gast, daarnaast heeft ze ook de rol van een procesbegeleidster, informant, hulpverlener.

7. Casus

De eerste bijeenkomst bij Fatima thuis

Fatima is een van de eerste gastvrouwen die bereid is geweest een bijeenkomst bij haar thuis te organiseren. Zij beschikt over een groot sociaal netwerk en is voor veel vrouwen in de buurt een steunfiguur. Fatima nodigde acht vrouwen uit; zij waren vanaf het begin heel enthousiast over het project. Zij hebben bijna dagelijks contact met elkaar, waardoor er duidelijk een vertrouwde sfeer aanwezig was. De vrouwen waren heel actief onder elkaar. Het is heel moeilijk voor de begeleiding om structuur te brengen in het geheel. Door de informele sfeer is de begeleidster een groot deel van haar tijd bezig de aandacht van de groep te krijgen en te behouden. Door een gelijkwaardige houding aan te nemen en zich heel flexibel op te stellen slaagt ze hierin.

De begeleidster begint de sessie met een korte kennismakingsronde. De vrouwen vinden het plezierig om zich eens formeel voor te stellen; vooral omdat zij elkaar al heel lang kennen, komt dit voor hen heel vreemd over. Dit is het moment waarop de begeleidster ook duidelijk maakt dat het belangrijk is om naar elkaar te luisteren. Het respect voor elkaar is zeker aanwezig, het is vooral opvallend dat de vrouwen heel erg stil worden als een van hen aan het woord is. Tijdens deze ronde wordt duidelijk wie de mondige vrouwen zijn in de groep. De begeleidster krijgt een beeld van elke aanwezige vrouw. Het duurt niet lang vóórdat de vrouwen de begeleidster persoonlijke vragen beginnen te stellen. Dit is in de cultuur van deze vrouwen een teken dat je als buitenstaander aanvaard wordt. Je wordt opgenomen in de groep en wordt gezien als één van hen. Op dit moment is het voor de begeleidster belangrijk om haar eigen grenzen aan te geven en vanuit haar professionele kader te blijven functioneren. Je loopt als begeleidster ook tegen het feit aan dat je voor jezelf nog moet uitzoeken in hoeverre je hierin kunt meegaan. Dit is een van de dilemma's die telkens terugkomen tijdens de bijeenkomsten. Het is voor jou als begeleidster een aftasten. Je merkt op dat de gastvrouw meestal de persoon is die jou een gevoel wil geven dat je welkom bent. Zij geeft herhaaldelijk aan dat je op ieder moment van de dag welkom bent. Dit zorgt bij de andere vrouwen voor een grotere openheid. Het vertrouwen dat Fatima als gastvrouw heeft in de begeleiding maakt dat de andere vrouwen ook een groter vertrouwen krijgen.

De begeleidster tracht na de kennismakingsronde het thema 'drugs' bespreekbaar te maken. Aan de hand van een video maakt zij het thema visueel, zodat de vrouwen zich iets kunnen voorstellen bij de problematiek. Tijdens het videomoment heerst er een stilte onder de vrouwen. Ze kijken en luisteren aandachtig, aangezien ze weten dat er achteraf vragen zullen worden gesteld. De vrouwen kunnen zich inleven omdat de film voor hen heel herkenbaar is. Dat maakt in de groep een bepaalde emotie los. Ze beginnen al fluisterend onder elkaar te discussiëren. Het heen en weer gepraat maakt het niet gemakkelijk voor de begeleidster om het thema centraal te houden.

Na het bekijken van de video valt er een stilte onder de vrouwen. Ze moeten even bijkomen van de film. De begeleidster probeert intussen door enkele stellingen op de tafel te gooien de vrouwen te betrekken bij de discussie. Het is even moeilijk om de vrouwen op gang te krijgen. De gastvrouw neemt hier meestal het initiatief in. Het valt op dat de vrouwen een afwachtende houding aannemen en het woord ook meestal overlaten aan de gastvrouw. Tijdens de discussie waakt de begeleidster over de inhoud die de vrouwen ter sprake brengen. Het gebeurt nogal eens dat er op een ander onderwerp wordt overgegaan. De structuur van het geheel kan hierdoor verloren gaan. De begeleidster moet tegelijk blijven aansporen en motiveren tot het gesprek en een meerzijdige houding aannemen naar de vrouwen toe.

De vrouwen zijn vaak emotioneel geladen tijdens deze gesprekken. Er is een grote openheid onder elkaar. Je merkt als begeleidster dat er veel begrip en ondersteuning aanwezig is. De uitlatingen die de vrouwen naar elkaar toe doen, komen voor een buitenstaander (begeleiding) vaak vreemd en aanvallend over. Toch kan de begeleidster deze groepsdynamiek beter toelaten. Dit heeft binnen de groep een positieve invloed. Het stimuleert de vrouwen om hun eigen mening te verduidelijken, door argumenten aan te brengen die de uitingen verantwoorden.

In deze fase van de bijeenkomst komt de begeleidster de concrete hulpvragen tegen. Het is belangrijk om hier aandacht aan te geven. Voorzichtigheid en alertheid zijn hierbij nodig. Het kan gebeuren dat de begeleidster daardoor de andere vrouwen uitsluit en zich te veel gaat richten op het verlenen van hulp.

8. Wat heb je nodig voor een tuppercare-sessie?

Aan de hand van de casus is er een beeld gegeven van wat tuppercare is en wat er precies gebeurt tijdens een bijeenkomst. Als men eenmaal een groep vrouwen bijeen heeft, begint het echte werk. Hieronder geef ik aan wat allemaal nodig is om een sessie op een volwaardige manier te organiseren.

1. Een beeld van de vrouwen

Om te beginnen is het heel belangrijk om een beeld te krijgen van de vrouwen die in de groep zitten. De meeste vrouwen die op deze laagdrempelige manier bereikt worden zijn vrouwen die niet actief zijn buitenshuis. Op de eerste plaats is het ook een van de doelstellingen binnen het tuppercare-project om hen te bereiken. Dat betekent niet altijd dat zij nooit iets gehoord hebben over 'drugs'. Integendeel, deze vrouwen beschikken over veel informatie. Het is niet altijd de juiste, maar er is geen sprake van een te grote informatieachterstand.

2. Gebruikmaken van de aanwezig informatie

Het is voor de begeleidster een uitdaging om tijdens de bijeenkomst gebruik te maken van de aanwezige informatie en hierop verder te gaan. Ondanks de grote informatieachterstand hebben de vrouwen toch een informatieachtergrond. Het is niet altijd de juiste bagage, vandaar dat het aangewezen is om van deze informatie uit te gaan. Dat wil zeggen dat er dingen kunnen worden rechtgezet, nieuwe informatie kan worden gegeven of gebruik kan worden gemaakt van de ervaring die deze vrouwen bezitten.

3. Zelfvertrouwen opbouwen

De vrouwen bouwen tegelijkertijd een bepaald zelfvertrouwen op. Ze krijgen het gevoel dat zij iets kunnen betekenen voor de groep. Je merkt heel goed dat de vrouwen in het begin van de sessie nogal bescheiden blijven en heel voorzichtig zijn met hun inbreng. Ze zijn bang om verkeerde dingen te zeggen en daardoor af te gaan in de groep. Het is belangrijk dat hier voldoende aandacht aan besteed wordt. De vrouwen moeten aangespoord worden om meer voor zichzelf te spreken, waardoor zij ook een duidelijke positie kunnen innemen in de groep.

4. *Vertrouwen/veiligheid in de groep*

Vertrouwen en veiligheid in de groep zijn voorwaarden om de tuppercare-sessie een slaagkans te geven. De relatie tussen de gastvrouw en de begeleidster is hier heel belangrijk. De genodigde vrouwen zullen vooral uitgaan van het vertrouwen dat de gastvrouw heeft in het project. Het feit dat zij de sessie laat doorgaan binnen haar eigen leefomgeving betekent voor een groot deel dat het vertrouwen aanwezig is en dat men zich zeker veilig kan voelen in de groep. De gesloten maar toch bekende sfeer maakt het voor de vrouwen mogelijk zich binnen korte tijd open te stellen voor de groep. Dit zorgt voor een goede interactie tussen de vrouwen.

9. Dilemma's tijdens een sessie

Tijdens een tuppercare-sessie kom je als begeleidster veel dilemma's tegen. Die spelen zich vooral af op het gebied van het inhoudelijke en de tijd, maar eveneens op het groepsproces van de sessie.

9.1. *Inhoud*

Door de informele sfeer wordt er door de vrouwen veel onder elkaar gesproken. Er worden verschillende thema's aangehaald die voor hen heel belangrijk zijn, maar niet passen binnen de doelstellingen van het tuppercare-project.

Als begeleidster is het moeilijk om te beslissen wat je op zulke momenten doet. Je stelt jezelf de vraag in hoeverre je andere thema's kunt toelaten of niet. Het komt ook vaak voor dat de groep volledig opgaat in het verhaal van een van de vrouwen. Wat doe je met de interesse die de vrouwen op dat moment tonen? Wijk je af van je programma? In elk geval is het heel belangrijk dat de vrouwen aan het woord komen en dat zij de sessie voor het grootste gedeelte zelf invullen. Een goede structuur en begeleiding waarin ruimte kan worden gecreëerd om dit te realiseren zijn van groot belang.

De begeleiding zou zich op voorhand niet te strak mogen instellen op een gestructureerd programma. Het is een grote kunst om tijdens de sessie de vooropgestelde inhoud te verwerken.

9.2. Groepsproces

De plaatselijke invloeden van de groepsleden op elkaar bepalen heel veel. Om als begeleidster niet gefrustreerd te raken, is het noodzakelijk om veel ruimte te voorzien in het programma. Je merkt heel vaak dat er tussen de vrouwen een bepaalde concurrentie bestaat als het gaat om de persoonlijke inbreng. De vrouwen proberen hiermee een sterke positie in te nemen ten opzichte van elkaar en zich daardoor beter te profileren in de groep. Het is belangrijk voor de begeleidster erop toe te zien dat iedereen in de groep kan deelnemen. De vrouwen die op de achtergrond terechtkomen, moeten worden aangespoord om actief te zijn in de groep. Je ziet vooral dat de sterke vrouwelijke figuur een aanvallende positie durft in te nemen. Dit heeft zijn voor- en nadelen voor de groep. Het is de taak van de begeleiding om erop toe te zien in hoeverre ze dit kan toelaten en wat dit betekent voor het verloop van de sessie.

9.3. Tijd

Gewoonlijk besteedt de begeleidster anderhalf tot twee uur tijd aan een voorlichtingssessie. Dit is bij een tuppercare-sessie bijna niet mogelijk. Door de informele sfeer wordt het moeilijk om de sessie te begrenzen. De begeleidster neemt zich voor om de voorzien^e inhoud te brengen tijdens de bijeenkomst. Het dilemma dat zich voordoet, gaat vooral om de tijd die hiervoor nodig is. Na twee uur voorlichting geven, beseft de begeleidster meestal dat ze nog lang niet door haar programma heen is. Hierbij stelt zij zich de vraag of de groep beter kan doorgaan tot de inhoud volledig behandeld is of niet. Men zou voor zichzelf moeten uitmaken wat de belangrijkste vooropgestelde doelen zijn voor de sessie om in acht te nemen.

Als men de voorziene inhoud tijdens de eerste sessie niet behandeld krijgt, dan kan dit een aanleiding zijn om een tweede bijeenkomst te organiseren. Het hoeft niet per se bij dezelfde gastvrouw te zijn. Als men in de groep iemand anders kan motiveren om het vervolg van de sessie te organiseren, dan is dit een pluspunt. Dit geeft ook aan dat er voldoende interesse is om verder te gaan.

10. De rollen van de begeleidster tijdens een tupper-care-sessie

In de vorige paragraaf is het belang van de gastvrouw en de begeleidster uitvoerig beschreven. Met betrekking tot de begeleidster is duidelijk geworden dat zij verschillende rollen vervult tijdens de sessie. Het geeft nog eens aan hoeveel flexibiliteit er van de begeleiding wordt verwacht. Zij moet bekwaam zijn om deze rollen te vervullen tijdens de vormings-sessie.

10.1. *Gast*

Tijdens een tuppercare-sessie wordt de begeleidster door de vrouwen gezien als gast. Het feit dat ze tussen de vrouwen zit in een informele sfeer maakt het voor haar niet gemakkelijk om ook echt een begeleidster te zijn. Het vertrouwen zorgt ervoor dat er een open communicatie aanwezig is. Belangrijk is dat de begeleidster vanaf het begin de grens aangeeft en een duidelijk professioneel werkkader schept.

10.2. *Hulpverlener*

De vrouwen hebben de mogelijkheid om tijdens de sessie persoonlijke hulpvragen te stellen. Het komt heel vaak voor dat de vrouwen van deze gelegenheid gebruikmaken. Het feit dat ze met een hulpverlener in contact komen tijdens een activiteit verlaagt voor hen de drempel om over hun persoonlijke problemen te spreken. Voor de begeleiding is het heel belangrijk om te niet individueel te werken tijdens een sessie. Eventueel kan ervoor worden gekozen om er na de sessie verder op in te gaan. De begeleiding krijgt al heel snel de taak en de rol van een hulpverlener toegeschreven. Dat zorgt bij de vrouwen voor hoge verwachtingen ten aanzien van de begeleiding, waar zij op dat moment niet aan kan voldoen.

10.3. *Informant*

De begeleidster informeert de vrouwen over het thema 'drugs en verslaving'. Zij wordt gezien als een betrouwbare bron. De vrouwen hebben reeds een eigen bagage wat betreft deze informatie. Het is belangrijk dat de begeleiding eerst de al aanwezige kennis peilt, om eventueel verkeerde informatie recht te zetten.

10.4. Procesbegeleidster

De begeleidster heeft tijdens de sessie een belangrijke rol. De vrouwen krijgen verschillende vaardigheden aangeleerd. Structuur aangeven, taken verdelen en voorbeelden aandragen behoren tot de taken van de begeleidster. Het is vooral de bedoeling dat deze bijeenkomsten emancipatorisch werken. En dat de vrouwen veel meer zelfvertrouwen krijgen om een actieve rol te spelen als het gaat om het bespreken van het thema drugs en verslaving. Omwille van de taboesfeer rond dit thema hebben de vrouwen deze vaardigheden nodig om over deze problematiek te kunnen spreken, zowel binnen- als buitenshuis.

11. Persoonlijke reflectie

Tot nu toe werden er elementen aangereikt om van start te kunnen gaan met de tuppercare-methode. Hierbij vind ik het belangrijk om een persoonlijke reflectie te geven van het hele proces dat ik als begeleidster doorlopen heb bij de uitvoering van het project.

Natuurlijk zal dit voor iedereen anders zijn. Iedere begeleidster krijgt in de loop van het project de mogelijkheid eigen accenten te leggen. Dat maakt dat elke uitvoerder een persoonlijke ervaring zal opdoen.

11.1. Eerste fase

Het tuppercare-project biedt een laagdrempelige methode die ik heel bruikbaar vind als het gaat om een moeilijk bereikbare doelgroep.

De uitvoering van het project neemt op zich heel veel tijd in beslag. Het is belangrijk dat er vanaf de start een goede tijdplanning wordt gemaakt, om te voorkomen dat men in tijdnood komt en het project niet volledig kan uitvoeren. Ik heb me op voorhand heel optimistisch opgesteld en weinig rekening gehouden met de weerstand van de vrouwen die het project in vertraging zou kunnen brengen. Je kunt volgens mij niet voor honderd procent de tijd voorzien die je nodig hebt, omdat de beïnvloedende factoren doorgaans vooraf niet bekend zijn.

Vandaar dat ik zelf een goede voorbereiding noodzakelijk vind. De persoonlijke relatie met de gastvrouw is de hoeksteen van het hele project. Een goede kennismaking en een vertrouwensrelatie opbouwen vergt dan ook meer dan één huisbezoek. Het vervelende is dat ik nooit op voorhand kon weten of de gastvrouw na de voorbereidende fase nog wilde

meewerken of niet. Dat maakte het niet zo gemakkelijk, aangezien ik voor een groot deel afhankelijk ben van de goede wil van de gastvrouw. Ondanks deze onzekere factor heb ik voldoende tijd genomen om een goede relatie op te bouwen met de gastvrouw. Alleen een goede startbasis geeft de uitvoering van het project een grote slaagkans.

11.2. Tweede fase

Op het moment dat de eerste sessie vastgelegd werd, heb ik ervoor gezorgd dat de inhoud ook al duidelijk was. Op deze manier kon ik aan de gastvrouw aangeven wat er ter sprake zou komen tijdens de bijeenkomst. Spijtig genoeg had ik op voorhand geen beeld van de groep en kon ik ook de interesses niet peilen. Het was niet gemakkelijk voor mij om de vooropgestelde inhoud ter plaatse op de groep af te stemmen, omdat toch enige tijd nodig is om te weten wat de groep nu precies verwacht van de bijeenkomst. Ik vind het belangrijk dat de begeleiding van tevoren verschillende thema's uitwerkt om ter plaatse een keuze te kunnen maken. Op deze manier kun je ingaan op de noden en behoeften in de groep van dat moment en kun je spreken van maatwerk.

Een voorbeeld hiervan is dat ik in sommige groepen te maken had met vrouwen die heel jonge kinderen hebben (2-10 jaar), terwijl in een andere groep de vrouwen kinderen boven de twintig jaar hadden. Om aansluiting te vinden bij de vrouwen heb ik tijdens de sessie geïnformeerd naar hun eigen gezin. Dit gedeelte vindt plaats binnen het kennismakingsmoment dat voorzien is bij de start van de sessie. Als de groep uit vrouwen van verschillende leeftijden bestaat, heeft dit zowel voor- als nadelen voor de groep. Vandaar dat ik ervoor pleit om verschillende thema's uit te werken die je kunt gebruiken ondanks een te groot verschil in leeftijden. Ik heb mij heel flexibel en soepel moeten opstellen. Hier komen natuurlijk ook veel frustraties bij kijken. Als begeleidster weet je nooit hoe de groep zal reageren op bepaalde thema's die je hebt uitgewerkt. De invloed onder elkaar is veel te groot om op dat moment tegen de groep in te gaan. De inhoud die de vrouwen willen bespreken, is van groot belang en moet in de sessie ook worden gebruikt. Zij voelen zich erkend en gehoord als zij de kans krijgen om de inhoud mee te bepalen. Dat stimuleert de vrouwen om hun verdere medewerking te verlenen. Het is echter niet de bedoeling dat je voor elke vrouw een eigen programma gaat maken. Wel ben ik zo goed mogelijk ingegaan op de behoefte en de vragen waarvan op dat moment sprake was. Ik heb hierbij de vooropgestelde doelstellingen goed voor ogen gehouden om te voorkomen dat ik te veel van de inhoud ging afwijken. Het is begrijpelijk dat je op deze

momenten gaat worstelen met jezelf en in een dilemma terechtkomt. Toch heeft de inhoud van de vrouwen een veel grotere waarde voor de groep om hen zomaar je uitgewerkte programma op te dringen. De informele sfeer bepaalt voor een groot deel het proces, de invloed daarvan is enorm groot. Je moet ervan af kunnen stappen dat je niet binnen een vaste structuur zit en zeker geen vooropgesteld programma zult kunnen behandelen. Anders zorgt dit bij jezelf voor een slecht gevoel en nog meer frustraties.

De actieve rol van de vrouwen bracht ook veel voordelen tijdens de sessie. De interactie zorgde ervoor dat het thema veel diepgang kreeg. De vrouwen bereikten daardoor een punt dat hen zover bracht om hun persoonlijke problemen te bespreken tijdens de sessie. Ik heb het hier niet gemakkelijk mee gehad. Op dat moment moet je meerzijdig kunnen zijn. Je wordt als begeleidster voor de keuze gesteld. Kies je ervoor om mee te gaan in de bespreking van persoonlijke problemen, waardoor het geheel in gevaar komt? Of geef je op tijd aan dat je hier na de sessie verder op in wilt gaan? Dit is een keuze die de begeleiding voor zichzelf moet maken op dat moment. Het is van groot belang dat je deze keuze ook goed voor jezelf kunt beargumenteren om te voorkomen dat je achteraf met een slecht gevoel blijft zitten. Ik heb er vooral op moeten toezien dat ik niet te individueel werkte, om te voorkomen dat de bijeenkomst de invulling kreeg van een therapiegroep. Het kan er soms heel emotioneel aan toe gaan in de sessie, toch is het belangrijk om ervoor te zorgen dat je voldoende afstand houdt om te voorkomen dat je in een moeilijke situatie verzeild raakt. De moeilijke momenten spelen zich vooral af op dit gebied. De persoonlijke verhalen van de vrouwen nemen veel tijd in beslag en kunnen veel waarde hebben voor de groep.

11.3. Derde fase

Ik heb in het laatste gedeelte van de bijeenkomst vooral de tijd genomen om het geheel met de vrouwen te evalueren. Voor mezelf is dit een van de belangrijkste momenten geweest tijdens het verloop. Je wordt als begeleidster zo in het geheel opgeslorpt dat je achteraf geen idee hebt van hoe het is verlopen. Vandaar dat het nodig is dat je voor jezelf en de groep tijd en ruimte neemt om ervaringen uit te wisselen. Op deze manier heb ik op verschillende gebieden (inhoud, tijd enz.) aanpassingen kunnen doen voor de volgende sessie. Het grote voordeel is dat je van de vrouwen voldoende feedback krijgt om het project verder te ontwikkelen in positieve richting.

Tot slot

Als laatste zou ik nog willen meegeven dat deze methodiek geschikt is voor verschillende thema's en voor heel diverse doelgroepen. De inhoud van de sessies kan heel divers zijn, het hoeft helemaal niet over drugpreventie te gaan. De kracht van deze methodiek ligt vooral in de laagdrempeligheid die het mogelijk maakt moeilijk bereikbare doelgroepen te bereiken. Deze groepen kunnen bestaan uit allochtone vrouwen/mannen, randgroepjongeren, kansarme groepen, 60-plussers en dergelijke.

