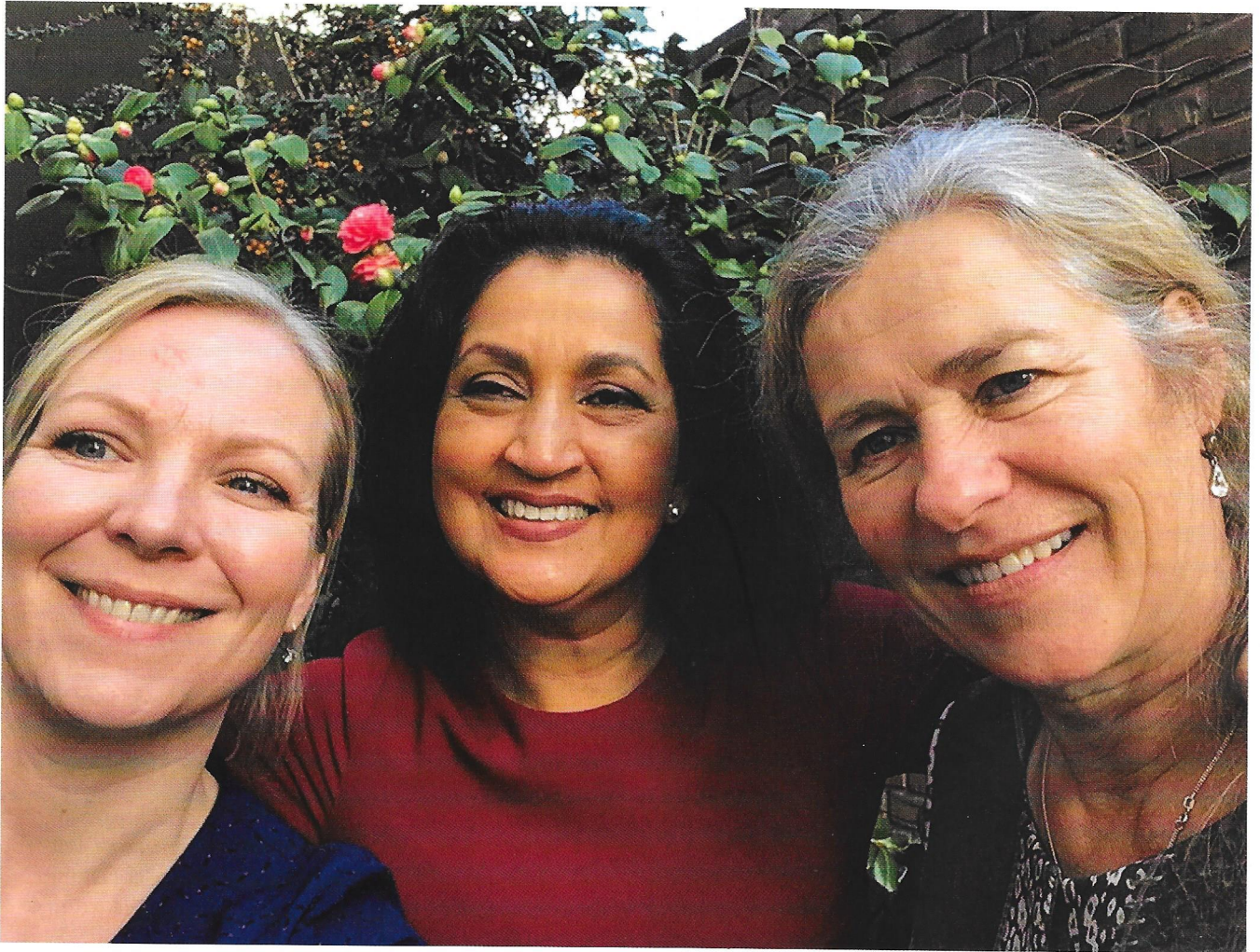


Vakblad Sociaal Werk



Persoonlijke en
professionele moed

om je stem te laten
horen over onrecht, om
de aanpak van huiselijk
geweld te verbeteren,
om zichtbaar te worden



Sietske Dijkstra over moed in de aanpak van seksueel en huiselijk geweld

Moedig

door Mariëtte
Hermans &
Marian Kremers

Vanaf september vorig jaar geven Sietske Dijkstra, Hameeda Lakho en Kirsten Regtop de geaccrediteerde cursus Echte verandering; Professionele en persoonlijke moed onmisbaar bij de aanpak van huiselijk geweld. Waarom kozen ze voor moed als ingang, en waarom spreekt dit thema zo aan? Sietske Dijkstra (rechts op de foto) vertelt erover.

'Ik geef veel scholing, maar bereikte de werkvloer niet altijd. Sociaal werkers zijn altijd heel druk met van alles. Ik vroeg me dus af, hoe krijg je ruimte om stil te staan bij de vraag: doen we de goede dingen en hoe kunnen we met onze nieuwe inzichten dan experimenteren in de praktijk?'

Sietske Dijkstra is psycholoog en promoveerde op de betekenis van geweldservaringen in de jeugd op latere relaties. Ze werkte als onderzoeker en docent aan de Universiteit Utrecht, en als lector Huiselijk geweld en hulpverlening in de keten met een werkveldverbinding met de vrouwenopvang in Breda. Daarnaast geeft ze vanuit haar Bureau Dijkstra advies en training gericht op samenwerking op het gebied van seksueel en huiselijk geweld en kindermishandeling.

Hoe kwam je terecht bij het thema moed?

'Moed betekent vaker doen waarvoor je staat. Moed is fysiek, mentaal, moreel, spiritueel en existentieel. Het is verbonden met Goed Werk, werk dat voldoening schenkt en waarde toevoegt.

'Bovendien vroeg ik me af wat het betekent dat we cliënten vaak tijdens hun levensloop terugzien in de hulpverlening. Bij een aanzienlijk deel speelt intergenerationale overdracht: zonen en dochters komen in dezelfde situaties terecht als hun moeders en vaders, of het geweld van vroeger herhaalt zich in een latere relatie. Het Verwey Jonkerinstituut publiceerde in 2014 al een rapport, met de veelzeggende titel *Doorbreken van geweldspatroon vraagt gespecialiseerde hulp*. Daarvoor zijn tweehonderd gezinnen in de randstad drie jaar gevolgd, waarin hulp geboden was bij geweld. Maar ondanks de inspanningen van de hulpverlening stopte het partnergeweld in bijna de helft van de gevallen niet. De deelnemers hadden het idee dat ze er weinig mee opgeschoten waren. Ook was er vaak niet naar de kinderen gekeken. Er is zeker een groter maatschappelijk bewustzijn rondom geweld in afhankelijkheidsrelaties, maar kunnen we er ook voldoende aan doen? De mismatch tussen de geboden en de ontvangen hulp uit dit onderzoek neem ik mee naar scholing, omdat ik vind dat praktijkprofessionals hierop moeten reflecteren. Ik zeg niet, jullie doen je werk niet goed. Ik wil niet duwen op wat er niet goed gaat. Maar we moeten wel naar het vermijdingsgedrag en het inzicht in de situatie van betrokken gezinnen kunnen kijken. Zo ontmoette ik vorig jaar een hoogopgeleide moslima die tien jaar geleden met twee jonge kinderen in de opvang was en nu was haar dochter in de puberteit, en werd naar bejegend door jongens. Ze was heel actief op zoek naar hulp voor haar dochter en haar gezin. Ze wilde onderzoeken wat ze eraan kon doen, hoe ze kon dealen met de kwetsbaarheden van haar dochter en wat die te maken hadden met haar eigen geschiedenis, maar ze vond geen goede ingang. Het – intergenerationale – geweldspatroon waarmee ze te maken had, werd onvoldoende begrepen. Als we duurzame veiligheid willen moeten we dieper graven.'

En waarom helpt het dan om te oefenen met moedig zijn?

'Moed is een deugd, de moeder aller deugden. Voor de aanpak van huiselijk geweld moet je veel moed hebben. Ik merkte dat moed een voertuig is om het op een positieve manier over je handelen te hebben. Het is ook heel persoonlijk. Ik kan niet bepalen waarin de moed van een ander zit. De een vertelt dat ze kwetsbaarder wil worden, te gehard is geworden door het

HUISELIJK EN SEKSUEEL GEWELD

Sietske Dijkstra: 'Het WODC heeft afgelopen februari omvangscijfers gepresenteerd, waaruit blijkt dat een op de twintig Nederlanders slachtoffer is van huiselijk en seksueel geweld en 20% daarvan structureel te maken heeft met deze vormen van geweld. Vrouwen hebben zes keer zo vaak te maken met structureel geweld dan mannen en geweld door (ex) partners komt het meeste voor. Maar dit zijn cijfers op basis van zelfrapportage, dus de ernstige gevallen zijn niet meegeteld. Bovendien ging het niet over psychisch en digitaal geweld. Geweld is altijd veelvormig geweest, maar onze tijd brengt weer andere vormen met zich mee, door de digitalisering. Zoals sexting onder jongeren, slut shaming, identiteitsfraude, het feit dat je mensen via gps kunt volgen, en digitaal zaken kunt bedienen in het huis van je ex, maar ook financieel misbruik van ouderen via internet bankieren bijvoorbeeld.'

Bron: Van Eijkern, L., Downes, R., & Veenstra, R. (2018). Slachtofferschap van huiselijk geweld: Prevalentieonderzoek naar de omvang, aard, relaties en gevolgen van slachtoffer- en plegerschap. Den Haag: Wetenschappelijk Onderzoeks- en Documentatiecentrum, Ministerie van Veiligheid en Justitie, zie p. 5.

thema. Een ander zegt dat hij juist vaak duikt als het over geweld gaat, en hij wil leren om het aan te kaarten. Als je moed gaat onderzoeken, is het vaak verbonden met angst. Moed betekent niet dat je angst weg is, maar dat je er doorheen gaat. 'Ik werkte al samen met Hameeda, ervaringsdeskundige op het gebied van huiselijk geweld. Zij is een voorbeeld van persoonlijke veerkracht en moed. Als echt ervaringsdeskundige werker is ze ook professioneel. Zij kan persoonlijk en professioneel tegelijkertijd zijn. Dat geeft net de goede schuring, op een positieve manier. Kirsten is sociaal werker, blogger en ze werkte tot voor kort bij Veilig Thuis. We werken alledrie zelfstandig en bereiken met elkaar meer dan solo.'

Wat doe je tijdens de training?

'We werken aan de hand van casussen uit de praktijk die we flink uitspitten. Er zijn tussentijdse huiswerkopdrachten en oefeningen. De groep heeft zelf veel inbreng in de opbouw en de onderwerpen die we bespreken. We kijken naar kleine motiverende animatiefilmpjes. En als Hameeda vertelt over haar eigen ervaringen kun je een speld horen vallen. Door samen naar haar te luisteren, worden we nog meer een groep, een community. We worden in ons hart geraakt door haar openheid, en daarmee komt iets in beweging. Handelen is een hogere vorm van weten, zeg ik wel eens. Aan kennis alleen heb je niet genoeg. Cijfers zeggen te weinig over hoe je moet handelen in een gezin. Naast vakkennis heb je je hart en je intuïtie nodig. Het gaat om je kompas van menselijkheid. Dus het verhaal van Hameeda helpt, motiveert en inspireert. Zij >>

belichaamt ervaringen van geweld, maar ze zegt ook dat ze het als kind nog steeds fijn vond om te spelen, haar kind-zijn werd niet gedoofd door de nare ervaringen. Dat raakt mensen in de kern en zet aan tot verandering.

'We bespreken patronen die kunnen spelen bij geweld, bekijken bijvoorbeeld, of het willen oplossen voor de ander, het overnemen van problemen. En we geven ook huiswerk mee, bijvoorbeeld om te reflecteren op een situatie waarin je moedig was, en ook eentje waarin het je aan moed ontbrak, waarin je wegkeek of laf was. Het kan de groep versterken. Brené Brown zegt dat ook: "courage is contagious", moed is aanstekelijk. We vragen deelnemers ook om moed te oefenen in de werkpraktijk. Dat kan iets kleins zijn. Zo kan iemand zeggen, ik ga een teambijeenkomst beleggen en de structurele aandacht voor geweld bespreken. Of, ik ga een telefoontje plegen op een afgesloten casus om na te vragen hoe het is gegaan. Zo'n cursusdag is leuk, maar uiteindelijk gaat het om het versterken van het werk zelf.'

Wat voor werkers komen er op de training af?

'We geven de training als open aanbod, en in-company. Zo hebben we dit jaar ook een samenwerking met de reclasse-ring. Zij werken vooral met ouders, dus dan is het interessant om ze ook te laten reflecteren op de relatie en het gezin. Vooral spannend vind ik het open aanbod, want dan kun je nog meer in de keten leren. Er zijn bijvoorbeeld werkers vanuit de zorg, het CJG, het wijkteam of Veilig Thuis. Ook deed er een vrouw mee die zelf mishandelde vrouwen, gezinnen en jongeren opvangt: zij merkt dat ze wel nabij kan zijn, maar ze wil meer leren hoe ze beter kan begeleiden en door kan vragen. Een ander wil meer onderzoeken in ontspoorde mantelzorg en de begeleiding.

'Geweld los je niet in een vakgebied op, dus het is fijn als de groep gemengd is. Deelnemers leren daardoor ook veel van elkaar. En ook in de casuïstiek gebruiken we dat: we vragen, wie zit er nog meer in de keten, hoe kun je de regie nemen, hoe speelt dezelfde casus voor een andere organisatie? Als je zelf beter weet waar je van bent, dan kun je dat ook beter laten weten aan de buitenwereld. En het kan ook gaan over moed binnen je eigen organisatie: het gesprek over je caseload aan-gaan bijvoorbeeld, omdat je te weinig tijd hebt voor je eigen-lijke werk. Verdiepen is intensiveren en vraagt ook vertragen.'

Wat geeft het je zelf?

'Toen ik als lector met de vrouwenopvang werkte, zag ik dat medewerkers aan de ene kant heel trots zijn op hun werk, aan de andere kant heel onzeker. Als ik ze vroeg wat ze goed deden, begonnen ze vaak te blozen en te stamelen. Daarom vroeg ik het via een collega: ken je iemand in je team die goed werkt? Zo kreeg ik veel te horen. Zo zei iemand:

"die collega stelt altijd goede vragen, waardoor ik meer hoor", of: "deze kan heel humorvol met kinderen

omgaan." Dat wat we inspiratie noemen, geeft ons ook moed. Later heb ik deze kwaliteiten

en verfijnde ervaringskennis bewust in-gezet in teaminterviews. Dat waren echt feestjes want iedereen werd er blij van, het gaf bevestiging van Goed Werk.

'In het algemeen, spreekt het thema moed aan. Ik merk dat het een goede kapstok is. Als je de dingen anders gaat doen, vanuit zelfonderzoek naar moed, kan dat je opfrissen. Het kan een kleine

koerswijziging zijn, waardoor je zicht-baarder wordt, je kompas scherper stelt, of bijvoorbeeld opmerkt: het werk zoals ik dat nu

doe, wil ik niet voortzetten. Het gaat over stilstaan.

Langzaam denken, vertragen.

'De directeur van de vrouwenopvang waar ik als lector aan verbonden was, zei: we doen goed werk, maar we krijgen het niet uitgelegd aan anderen, ook niet op papier. Ik maak het daarom graag concreet, bijvoorbeeld ook in het werken met een casus. Dan zeg ik: stel je voor dat Chris van acht hier in ons midden staat, wat zouden we dan aan hem zien? Dan komt er een andere energie boven en kunnen deelnemers levendig aangeven hoe Chris erbij staat. Dan vraag ik, heb je dat ook in de stappen van de meldcode gezet? Nee, maar ze snappen nu wel dat het non-verbale veel zegt. En ze voelen zich gezien. Zulke momenten van collectief inzicht hebben een kwaliteit van stilte, waaraan je kunt voelen dat het er voor iedereen toe doet. Dat er wordt begrepen op een diepe-re laag.'

Mariëtte Hermans is tekstschrijver, Marian Kremers is sociaal werker en journalist.

Meer over de cursus is te vinden op: www.moedigemensen.nl

'Als je de dingen anders gaat doen, vanuit zelfonderzoek naar moed, kan dat je opfrissen'