

AMWAHT

Allochtone Mantelzorgers Werken Aan Hun Toekomst

Interventiebeschrijving

Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam Saskia Moerbeek, Stichting Bevordering Maatschappelijke Participatie (BMP)
Adres Willem de Zwijgerlaan 350 B/2
Postcode 1055 RD
Plaats Amsterdam
E-mail info@stichtingbmp.nl
Telefoon 020 428 27 28
Fax 020 428 29 28
Website www.stichtingbmp.nl

Contactpersoon

Naam Michaëla Merkus, Movisie
Adres Catharijnesingel 47
Postcode 3511 GC
Plaats Utrecht
E-mail m.merkus@movisie.nl
Telefoon 030 789 21 49
Fax 030 789 21 11

Referentie in verband met publicatie

Oka Storms
AMWAHT
Databank Effectieve sociale interventies
Utrecht, Movisie
December 2014

Het werkblad is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie zijn en geeft informatie over de interventie die van belang is voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie. Daarnaast is de informatie bedoeld voor bezoekers van de databank(en) van de samenwerkende organisaties.

Voor meer informatie en contact verwijzen wij naar www.movisie.nl/effectievesocialeinterventies en www.huiselijkgeweld.nl/interventies/effectieve-interventies

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende organisaties



Inhoud

Colofon	2
Samenvatting.....	4
Uitgebreide beschrijving	5
1. Probleemomschrijving	5
2. Beschrijving interventie.....	6
3. Onderbouwing	12
4. Uitvoering.....	17
5. Onderzoek naar praktijkervaringen	20
6. Onderzoek naar de effectiviteit.....	24
7. Aangehaalde literatuur	25

Samenvatting AMWAHT

Doelgroep

De doelgroep van de interventie (opleiding) AMWAHT bestaat uit allochtone mantelzorgers met een beperkt zelfsturend vermogen, mannen en vrouwen.

Doel

AMWAHT heeft als hoofddoel het vergroten van het zelfsturend vermogen van allochtone mantelzorgers.

Aanpak

De AMWAHT opleiding leidt allochtone mantelzorgers op tot groepswerkers die in staat zijn om lotgenotengroepen van (allochtone) mantelzorgers op te zetten en methodisch te begeleiden. De opleiding zet in op zowel de persoonlijke ontwikkeling van de deelnemers als op het leren opzetten en begeleiden van lotgenotengroepen.

Het opleidingstraject is opgebouwd rond thema's en bestaat uit drie modules: (1) Lotgenoten, (2) Netwerken en (3) Empowerment en voorbereiding stages en een praktijkonderdeel waarin de deelnemers stage lopen en lotgenotengroepen voor allochtone mantelzorgers organiseren. De lesdagen verlopen volgens een vast patroon. Het traject duurt tien maanden en de belasting voor de deelnemers is circa acht uur per week.

Uitvoerende organisaties

De AMWAHT-opleiding kan in principe georganiseerd worden door iedere (plaatselijke) instelling of organisatie die affiniteit met de doelgroep en voldoende organisatievermogen heeft, zoals steunpunten Mantelzorg, welzijnsinstellingen en ROC 's.

Onderzoek

De praktijkervaringen zijn gebaseerd op twee experimentele trajecten in Amsterdam en Utrecht en in het bijzonder gericht op het praktijkdeel van de opleiding: de stage. Op één na hebben alle deelnemers het opleidingsdeel afgerond en het merendeel heeft eveneens deelgenomen aan het praktijkdeel, de stage. De deelnemers, docenten en producenten zijn enthousiast over AMWAHT. Ook de aanpak op maat bleek succesvol: kijkend naar het individu werd gezocht naar een geschikte stageplaats en een passende rol. Knelpunten zijn ervaren bij het vinden van stageplekken en de invulling van de activiteiten tijdens de stage. Daarnaast verliep het opstarten van lotgenotengroepen door deelnemers niet altijd eenvoudig.

Werkzame elementen

- Een intensieve, groepsgerichte opzet van de interventie.
- Tijdens de opleiding (c.q. lotgenotengroep) ontstaat een groot onderling vertrouwen.
- Niet-schoolse aanpak met een combinatie van zware thema's (persoonlijke verhalen) en lichte oefeningen.
- De opleiding is gericht op ruimte voor de deelnemers om hun eigen verhaal en beleving te uiten.
- Deelnemers doen eerst zelf wat ze later gaan gebruiken tijdens de lotgenotengroepen.
- De combinatie van een opleidingsdeel en praktijkdeel.
- Door de fasering wordt een systematische aanpak gerealiseerd.
- Nazorg: tijdens het praktijkdeel zijn er nog bijeenkomsten.

Uitgebreide beschrijving

1. Probleemomschrijving

Probleem

In Nederland zorgen 2,4 miljoen mensen meer dan acht uur per week of langer dan drie maanden voor een ander. Zo'n 750.000 mantelzorgers doen dit meer dan acht uur per week én langer dan drie maanden. Tussen 150.000 en 200.000 mantelzorgers voelen zich zwaar belast of zelfs overbelast. Dit zijn de mantelzorgers die langdurig en intensief zorg geven. Zij zorgen bijvoorbeeld voor hun dementerende man of voor hun vrouw die MS heeft, of voor een gehandicapt kind (Oudijk, 2010; De Boer, 2009; CBS, 2013).

De ontwikkelaars beschrijven dat er, hoewel er geen exacte cijfers voorhanden zijn, aanwijzingen zijn dat het percentage allochtone mantelzorgers naar verhouding nog hoger ligt dan het percentage autochtone mantelzorgers. In de praktijk zijn het vooral (allochtone) vrouwen die mantelzorg als vanzelfsprekend geven. Omdat hun taken zich veelal binnenshuis afspelen en zij nauwelijks weten waar zij steun kunnen krijgen, of vermoeden dat de steun die gegeven wordt niet bij hen past, komen veel allochtone mantelzorgers klem te zitten. Zij raken als het ware het zicht kwijt op wie ze zijn en wat ze kunnen. De ontwikkelaars leggen dit uit aan de hand van de term 'beperkt zelfsturend vermogen' (persoonlijke communicatie ontwikkelaar, Saskia Moerbeek, 20 december 2013).

Zelfsturing heeft betrekking op je eigen kennis en vaardigheden. "Je geeft richting aan je eigen ontwikkeling in wisselwerking met de omgeving. De basis voor zelfsturing is gelegen in zelfvertrouwen, zelfkennis en zelfrespect" (SLO, onbekend). De Lange (2003) gebaseerd op Kekes (1988, 1995) schrijft over zelfsturing dat het "...de ideale manier [is] waarop mensen kunnen omgaan met dat wat hen buiten hun wil overkomt, zonder dat zij daarbij het heft van hun leven uit handen hoeven te geven. Het veronderstelt dat mensen idealen hebben, commitments aangaan, maar bovendien dat 'het' leven gegeven is voordat het gemaakt wordt". Bij veel allochtone mantelzorgers is deze zelfsturing door de situatie waarin zij zich bevinden beperkt. De situatie van de mantelzorger heeft invloed op zowel diens eigen welbevinden als dat van de zorgvrager.

Spreiding

Er is geen informatie beschikbaar over de spreiding.

Gevolgen

De zorg die allochtone mantelzorgers geven aan hun ouders, gehandicapte kind of anderen, gaat vaak ten koste van hun eigen welzijn en soms ook ten koste van de zorg voor andere familieleden. Veel vrouwen missen door de omvang van hun zorgtaken en de zware psychische belasting die de zorgtaken met zich meebrengen, de kans om een opleiding te doen, te werken of op een andere manier deel te nemen aan de Nederlandse samenleving. Zij – en ook degene(n) voor wie zij zorgen – kunnen hierdoor in een isolement raken. Bovendien kan het leiden tot onderconsumptie van bepaalde vormen van zorg, zoals thuiszorg, ouderenzorg en psychiatrische zorg (Stichting BMP, 2008 a).

2. Beschrijving interventie

2.1 Doelgroep

De doelgroep van de interventie (opleiding) AMWAHT bestaat uit allochtone mantelzorgers met een beperkt zelfsturend vermogen, mannen en vrouwen.

Selectie van doelgroepen

De AMWAHT-opleiding is gericht op allochtone mantelzorgers die:

- merken dat ze in een isolement terecht komen
- zich maatschappelijk willen inzetten
- gemotiveerd zijn om de opleiding tot een goed einde te brengen en daarvoor in hun privéleven regelingen willen treffen
- aan hun persoonlijke ontwikkeling willen werken en in staat zijn om op zichzelf te reflecteren aan de hand van begrippen die in de opleiding worden aangereikt
- zoeken naar (nieuwe) carrièreperspectieven.

Bij de samenstelling van de opleidingsgroep wijst de ontwikkelaar op het letten op een zekere evenredigheid in de verdeling naar afkomst, leeftijd en niveau van vooropleiding. In principe staat de opleiding open voor iedereen die de Nederlandse taal mondeling redelijk tot goed beheerst.

2.2 Doel

Hoofddoel

AMWAHT heeft als hoofddoel het vergroten van het zelfsturend vermogen van allochtone mantelzorgers.

Subdoelen

Per lesdag zijn subdoelen van de interventie uitgewerkt (zie paragraaf 2.3). In het onderstaande overzicht zijn de subdoelen samengevat en geclusterd onder 'kennis', 'bewustzijn' en 'vaardigheden' (persoonlijke communicatie ontwikkelaar, Saskia Moerbeek, 20 december 2013).

Kennis

1. Deelnemers hebben kennis over verschillende aspecten van mantelzorg en de omgeving waarin zich dat afspeelt.
2. Deelnemers weten hoe lotgenotengroepen georganiseerd worden en hoe groepsprocessen werken.

Bewustzijn

1. Deelnemers zijn zich bewust van hun rol als mantelzorger.
2. Deelnemers zijn zich bewust van hun eigen kracht.

Vaardigheden

1. Deelnemers kunnen lotgenotengroepen opzetten en begeleiden.
-

2.3 Aanpak

Opzet van de interventie

De AMWAHT-opleiding leidt allochtone mantelzorgers op tot groepswerkers die in staat zijn om lotgenotengroepen van (allochtone) mantelzorgers op te zetten en methodisch te begeleiden. De opleiding zet in op zowel de persoonlijke ontwikkeling van de deelnemers als op het leren opzetten en begeleiden van lotgenotengroepen.

Het opleidingstraject is opgebouwd rond thema's en bestaat uit drie modules: (1) lotgenoten, (2) netwerken en (3) empowerment en voorbereiding stages en een praktijkonderdeel waarin de deelnemers stage lopen en lotgenotengroepen voor allochtone mantelzorgers organiseren. Alle lesdagen verlopen volgens een vast patroon. Het traject duurt tien maanden en de belasting voor de deelnemers is circa acht uur per week.

Elke cursusdag heeft in principe dezelfde opbouw.

- 09.30 Start, koffie en thee en uitleg programma van de dag
- 10.00 Verhalen van de afgelopen week
- 10.45 Oefening 1
- 11.30 Korte evaluatieoefening
- 12.00 Oefening 2, presentatie of gastdocent
- 12.45 Lunchpauze
- 13.30 Begrippen en theorie behorend bij de oefeningen
- 14.30 Vervolgafspraken en huiswerk
- 15.00 Afsluiting

De opbouw van de cursusdagen is geen blauwdruk, er is ruimte voor variatie.

Locatie en uitvoerders

De organisatie van de AMWAHT-opleiding is in handen van de 'producent'. Verschillende typen organisaties, zoals Steunpunten Mantelzorg, plaatselijke welzijnsinstellingen en ROC 's kunnen optreden als producent van een opleiding (zie voor meer informatie hoofdstuk 4). De opleiding zelf wordt gegeven door 'docenten'. Docenten hoeven niet per se een onderwijsachtergrond te hebben maar moeten wel bepaalde vaardigheden en kennis hebben (zie voor meer informatie hoofdstuk 4).

Locatie

De ontwikkelaars geven geen informatie over de locatie van de uitvoering.

Inhoud van de interventie

Organisatie

De producent

De producent organiseert de opleiding en is verantwoordelijk voor onder meer: het werven van geld, het aantrekken van een geschikte docent, het werven van deelnemers, het vroegtijdig regelen van stageplaatsen bij zorg- en welzijnsinstellingen in de gemeente en waar mogelijk het ondersteunen van individuele deelnemers op weg naar vormen van betaald werk.

De docent

De AMWAHT-opleiding wordt gegeven door twee docenten (er kan worden gekozen voor een hoofddocent en een assistent-docent). De docent is verantwoordelijk voor: het volgen van het curriculum, het waar nodig

op creatieve wijze omgooien van de lesstof, het begeleiden van het groepsproces in de opleidingsgroep, het uitnodigen van geschikte gastdocenten en het begeleiden van de deelnemers tijdens hun stages.

Om als producent de taken goed te kunnen uitvoeren, is regelmatig overleg met de docenten van groot belang. Een bijzonder punt van aandacht is de koppeling van de deelnemers aan de beschikbare stageplaatsen. Er is gedurende de opleiding een aantal momenten waarop de producent in beeld komt: (1) tijdens de individuele kennismakingsgesprekken met de deelnemers, (2) tijdens de eerste module wanneer de deelnemers kunnen 'speeddaten' met vertegenwoordigers van stage-instellingen, (3) tijdens de uitreiking van de certificaten en (4) tijdens individuele voortgangsgesprekken met de deelnemers, gevoerd door de docenten.

Werving

Het werven van deelnemers is de eerste stap van de AMWAHT-opleiding. Het is een intensief traject waarvoor de nodige tijd moet worden uitgetrokken. Veel mantelzorgers zijn onbekend en niet gemakkelijk 'uit huis' te krijgen. Het werven via sleutelfiguren verloopt het best. Met potentiële deelnemers wordt een individueel kennismakingsgesprek gevoerd, waarin het accent ligt op de motivatie en de verwachtingen van de opleiding van de deelnemers. Het kan zijn dat deelnemers worden afgewezen op basis van dit gesprek.

Organiseren stageplekken

Bij de start van de opleiding, liever al daarvoor, is het belangrijk stageplekken te organiseren. Geschikte instellingen voor een stage zijn: welzijnsorganisaties, steunpunten mantelzorg, ggz-instellingen, steunpunten voor vrijwilligerswerk en zorginstellingen voor ouderen of voor kinderen met een beperking. De individuele kwaliteiten van de deelnemers aan de opleiding kunnen nogal verschillen. Daar wordt rekening mee gehouden bij het plaatsen van de stagiairs.

De opleiding

De AMWAHT-opleiding bestaat uit drie modules en een praktijkdeel. Bij iedere les worden het doel, het dagschema, werkvormen en begrippen en theorie gegeven. Zie voor meer informatie het Opleidingsboek (Moerbeek & Von Meijenfeldt, 2012).

Hierna worden de modules, de inhoud en de doelen kort toegelicht.

Module 1: Lotgenoten

De eerste module bestaat uit negen lesdagen. Tijdens deze module ervaren de deelnemers wat het is om deel uit te maken van een lotgenotengroep en doen zij allerlei praktische oefeningen die ze later zelf met groepen kunnen uitvoeren. Verder verkennen ze het begrip mantelzorg en leren ze dat je als mantelzorgers ook zelf keuzes kunt maken. De volgende thema's komen onder andere aan bod.

- *Kennis*: mantelzorg, jonge mantelzorgers, dementie en lotgenoten, vooroordelen en diversiteit.
- *Bewustzijn*: 'naar jezelf leren kijken', grenzen verleggen en grenzen bewaken.
- *Vaardigheden (en kennis)*: kennismaken met instellingen en organisaties (op het gebied van mantelzorg).

Module 2: Netwerken

De tweede module bestaat uit vier lesdagen en staat in het teken van netwerken. Het is bedoeld als voorbereiding op het praktijkdeel van de opleiding waar de deelnemers stage lopen bij een organisatie / instelling. Vragen die onder andere tijdens de module aan de orde komen zijn: wat is een netwerk? Hoe ziet het eigen netwerk van de deelnemers eruit? Welke instellingen en organisaties kent de groep nu en wat doen ze? En: hoe werf je mantelzorgers die je niet kent? De volgende thema's komen onder andere aan bod.

- *Kennis*: verschillende aspecten van netwerken, dementie.

- *Bewustzijn*: professionaliteit en informaliteit.
- *Vaardigheden (en kennis)*: mobiliseren en activeren, zorgen voor je netwerk.

Module 3: Empowerment en voorbereiding praktijkdeel

De laatste module bestaat uit zeven bijeenkomsten waarin dieper wordt ingegaan op de individuele leertrajecten van de deelnemers en op de processen die zich in groepen voordoen. De processen die de deelnemers in de opleidingsgroep meemaken, zullen ook aan de orde komen in de lotgenotengroepen die zij gaan begeleiden. De deelnemers maken een omslag van deelnemer aan een groep naar docent / begeleider van een groep. Tot dit onderdeel hoort ook evaluatie en de certificaat uitreiking. De volgende thema's komen onder andere aan bod.

- *Kennis*: empowerment, rollen in een groep, groepsdynamica.
- *Bewustzijn*: empowerment, dromen en ambities.
- *Vaardigheden*: rollen in een groep, presenteren.

Praktijkdeel

Het praktijkdeel duurt vier maanden en bestaat uit een stage in tweetallen of drietallen bij instellingen voor welzijn en zorg. De opdracht tijdens de stage is het vormen van lotgenotengroepen van allochtone mantelzorgers en het begeleiden van (circa) vijf bijeenkomsten.

De deelnemers krijgen begeleiding tijdens de stage door een vaste begeleider vanuit de instelling (eenmaal per week een gesprek van een uur). Daarnaast zijn er drie terugkommomenten onder begeleiding van de docent / producent.

Certificering

De AMWAHT-opleiding kent geen strikte eindtermen. Het doel is dat de deelnemers zich persoonlijk ontwikkelen en dat ze voldoende bagage meekrijgen om als groeps werkers te kunnen fungeren. Het niveau in de groepen kan nogal uiteen lopen. Het is de taak van de docenten om te zorgen dat zij, en ook de deelnemers zelf, een goed beeld hebben van de competenties waarover de cursisten in het begin van het traject beschikken. Halverwege krijgen de deelnemers een lijst met competenties (Moerbeek & Von Meijenfeldt, 2012) uitgereikt (luisteren, presenteren, samenwerken en overleggen, omgaan met druk en tegenslag, et cetera). Hierop moeten ze aangeven waar ze zichzelf goed of zwak in vinden. De docent doet hetzelfde, waarna in overleg wordt vastgesteld wat de leerdoelen voor de komende tijd zijn. In tussentijdse individuele gesprekken wordt gekeken of er ook werkelijk vorderingen zijn op die punten. Als een deelnemer wel een duidelijke persoonlijke ontwikkeling heeft doorgemaakt maar niet geschikt blijkt om een groep te begeleiden, krijgt hij/zij bij het certificaat met competentielijst bijvoorbeeld de aanduiding: "geschikt om als gastvrouw bij bijeenkomsten op te treden".

2.4 Ontwikkelgeschiedenis

Mantel der liefde

In de periode 2005 - 2008 heeft Stichting BMP het project *Mantel der liefde* uitgevoerd. Doel van het project was dat migrantenvrouwen zich bewust werden van hun positie als mantelzorger, dat zij betrokken werden bij ontwikkelingen in de zorg en dat zij participeerden in besluitvorming over mantelzorgondersteuning. Dit project werd inhoudelijk gedragen door een voorhoedegroep die bestond uit twaalf vrouwen van Marokkaanse, Turkse, Surinaamse en Iraakse komaf, die zelf mantelzorger waren of in hun werk met mantelzorgers te maken hadden. De voorhoedegroep heeft vraagstukken van allochtone mantelzorgers in kaart gebracht, interviews en miniconferenties gehouden, een studiereis naar Londen gemaakt en een afsluitende conferentie georganiseerd. In het kader van het project hebben drie deelexperimenten plaatsgevonden in Amsterdam, Almere en Hilversum. In Almere heeft een groep allochtone mantelzorgers

zich gebogen over de vraag hoe een droomhuis voor verstandelijk gehandicapte kinderen met een islamitische achtergrond eruit zou moeten zien. In Amsterdam heeft een groep mantelzorgers door middel van individuele interviews en groeps gesprekken verkend aan welke ondersteuning mantelzorgers behoeften hebben en wat Amsterdam Thuiszorg hieraan zou kunnen doen. In Hilversum zijn, samen met allochtone mantelzorgers, bouwstenen voor een lokaal empowermentprogramma ontwikkeld.

Op 13 november 2007 vond de afsluitende conferentie van het project *Mantel der liefde* plaats. Tijdens deze conferentie heeft de Voorhoedegroep de volgende aanbevelingen gedaan om de positie van allochtone mantelzorgers te versterken.

- Het ontwikkelen en organiseren van een opleiding voor allochtone mantelzorgers die hun kennis en ervaring maatschappelijk willen inzetten ter ondersteuning van andere mantelzorgers en hun families.
- Het creëren van vormen van betaald werk voor de opgeleide mantelzorgers.
- Het zorgen voor overdracht van de ontwikkelde opleiding aan een bestaand opleidingsinstituut (Stichting BMP, 2008).

AMWAHT

In navolging van de uitkomsten van het project *Mantel der Liefde* is in januari 2009 het project AMWAHT (Allochtone Mantelzorgers Werken Aan Hun Toekomst) van start gegaan. Dit project duurde twee en een half jaar werd uitgevoerd in Amsterdam en Utrecht.

Doel van het project was om in de eerste fase groepen allochtone mantelzorgers op te leiden (experimentele AMWAHT-methode). De tweede fase had tot doel het organiseren van lotgenotencontact en het activeren en ondersteunen van mantelzorgers die hieraan deelnemen. Het project omvatte drie delen.

- Deel 1: In samenspraak met betrokkenen is een opleiding ontwikkeld voor allochtone mantelzorgers, om hun ervaringskennis naar boven te halen en maatschappelijk inzetbaar te maken.
- Deel 2: In samenwerking met onder meer lokale zorgorganisaties is de opleiding gegeven en de grond voor een aantal praktijkexperimenten bouwrijp gemaakt.
- Deel 3: Op wijkniveau is een aantal praktijkexperimenten uitgevoerd waarin de opgeleide mantelzorgers met begeleiding vanuit het project en vanuit een bestaande organisatie of instelling op het gebied van zorg en welzijn lotgenotengroepen organiseerden.

In Utrecht en Amsterdam zijn twee experimentele opleidingstrajecten uitgevoerd in de periode september 2009 tot en met april 2011. In deze trajecten zijn twee groepen van 16 en 17 deelnemers opgeleid. Medewerkers van Stichting BMP traden op als docenten. De deelnemers waren overwegend van Turkse, Marokkaanse en Surinaamse afkomst en tussen de 27 en 60 jaar oud.

Gedurende het project is het boekje *AMWAHT over lotgenoten & empowerment* (Stichting BMP, 2010) uitgekomen alsmede de *Begrippenwaaier* (Stichting BMP, 2012a) en de *Methodenwaaier* (Stichting BMP, 2012b).

AGIS Zorgverbeteraarsprijs 2009

In 2009 heeft AMWAHT de AGIS Zorgverbeteraarsprijs gewonnen. Het daaraan verbonden geldbedrag van € 25.000 is gebruikt om materiaal te maken voor praktijkexperimenten en voor de overdracht en implementatie van AMWAHT op verschillende plaatsen in Nederland.

AMWAHT Plus

Tijdens de afsluitende bijeenkomsten van het AMWAHT-project in oktober 2011 vroegen enthousiaste organisaties en ambtenaren naar de mogelijkheid om ook in hun gemeente een

AMWAHT-opleiding te organiseren. Stichting BMP ontwikkelde toen het project AMWAHT Plus dat tot doel heeft om de AMWAHT-opleiding uit te rollen naar 15 tot 20 andere steden in het land. Tijdens dit project is eveneens het Opleidingsboek geschreven (Moerbeek & Von Meijenfeldt, 2012), gebaseerd op de ervaringen uit de experimentele opleidingstrajecten in Amsterdam en Utrecht.

Overdracht Movisie

In augustus 2014 heeft Stichting BMP AMWAHT overgedragen aan Movisie. Movisie gaat aan de slag met de verdere implementatie van de interventie in Nederland.

Betrokkenheid doelgroep

AMWAHT is gestart met twee experimentele trajecten in Amsterdam en Utrecht. Samen met de deelnemers uit de doelgroep is het opleidingstraject gevolgd en geëvalueerd. Op basis van deze ervaringen is het Opleidingsboek geschreven (Moerbeek & Von Meijenfeldt, 2012).

Buitenlandse interventie

Niet van toepassing.

2.5 Vergelijkbare interventies

Er zijn geen vergelijkbare interventies bekend.

3. Onderbouwing

Oorzaken

De oorzaken van het beperkt zelfsturend vermogen van allochtone mantelzorgers beschrijven de ontwikkelaars aan de hand van het onderzoek *Zorgt u ook voor iemand?* (Moerbeek, Von Meijenfeldt & Kroese, 2010), uitgevoerd door Stichting BMP in samenwerking met Forum. Tevens worden praktijkervaringen van het project Mantel der Liefde beschreven (Stichting BMP, 2008 a, b). Aanvullend is het onderzoek *Alleen slechte vrouwen klagen* van Tonkens, Verplanke & De Vries (2011) meegenomen.

In de onderstaande paragrafen worden de beperkende factoren uiteen gezet.

(Over)belasting

Het onderzoek van Moerbeek et al. (2010) wijst uit dat de belasting onder de respondenten erg zwaar is, zowel gemeten naar de feitelijke tijd die ze aan het zorgen besteden als naar ervaren belasting. Gemiddeld zijn de mantelzorgers 44 uur per week aan het zorgen, 18% biedt 24-uurs zorg. Vooral het verzorgen van een chronisch zieke of een lichamelijk en/of geestelijk gehandicapt kind eist veel van de mantelzorgers, maar ook de zorg voor een zieke partner wordt als zwaar ervaren. Meer dan de helft van de allochtone mantelzorgers geeft aan zich tamelijk belast tot overbelast te voelen, 44% is door het zorgen zelf ziek of overspannen geworden.

Uit het onderzoek (Moerbeek et al., 2010) komt naar voren dat één op de drie onderzochte allochtone mantelzorgers al voor hun achttiende begonnen met zorgen en dat zij ook gemiddeld langer zorgen dan de autochtone mantelzorgers. Omdat zij vaak al vroeg beginnen met zorgen en dit langdurig en intensief doen, zijn ze zich soms niet bewust van hun situatie en zien ze weinig uitwegen voor zichzelf. Ze raken als het ware het zicht kwijt op wie ze zijn en wat ze kunnen.

Motieven voor mantelzorgen

Onderzoek door Moerbeek et al. (2010) wijst uit dat liefde (86%), vanzelfsprekendheid (84%) en plichtsgevoel (73%) de belangrijkste motieven zijn die de allochtone respondenten aandragen voor hun mantelzorgen. De verschillende motieven lopen door elkaar in het dagelijks leven. "Er is misschien een grondhouding van liefde en vanzelfsprekendheid, maar op bepaalde momenten weegt het gevoel van plicht ook zwaar". Daarnaast komt uit het onderzoek naar voren dat schaamte maakt dat zij blijven zorgen. Die schaamte uit zich op verschillende manieren: schaamte voor een gehandicapt kind, bang voor afwijzing uit de omgeving of het vragen van hulp (Moerbeek et al., 2010). Het onderzoek van Tonkens et al. (2011) sluit hierop aan. Zij signaleren gevoelens van plicht, schuld, schaamte en soms ook van 'taboeziekten'. Mantelzorg is bovendien een vanzelfsprekende vrouwentaak.

Delen van zorg

Moerbeek et al. (2010) beschrijven dat, hoewel allochtone mantelzorgers de zorg vaker met anderen delen dan autochtone mantelzorgers, 40% aangeeft er moeite mee te hebben om hulp aan andere familieleden of vrienden te vragen. Ook het inschakelen van professionele hulp vindt men moeilijk en wordt vaak bewust afgewezen, zelfs als men vermoedt dat dit eigenlijk beter is voor degene die verzorgd wordt. De keuze om zelf te blijven zorgen, wordt gevoed door een heel complex aan overwegingen. Traditie, culturele en morele opvattingen, schaamte, schuldgevoel, trots, opofferingsgezindheid en onbekendheid met de mogelijkheden – dat alles speelt een rol. Ook wantrouwen tegenover de gemeente, de overheid en professionele instellingen is van invloed op de keuze om de zorg zelf te blijven geven. De uitkomsten van het onderzoek van Tonkens

et al. (2011) sluiten hierop aan. Hulp vragen wordt vaak gezien als een teken van falen. Daarnaast wijzen Tonkens c.s. op de positie van vluchtelingen en hoe hun familiale en sociale netwerk vaak klein is en daarmee ook de ruimte om zorg te delen. Dit kan leiden tot overbelasting. Ook kan een vluchtverleden psychische problemen tot gevolg hebben waardoor mensen extra veel zorg en aandacht nodig hebben. De familiebanden zijn vaak hecht en men is wantrouwend tegenover derden. Tonkens beschrijft hoe dit het formuleren van een zorgvraag in de weg staat.

Opleiding en participatie op de arbeidsmarkt

Moerbeek & Von Meijenfeldt (2012) en Tonkens et al. (2011) bespreken de belemmering voor de arbeidsmarkt in relatie tot mantelzorg. Moerbeek & Von Meijenfeldt (2012) beschrijven aan de hand van praktijkervaringen dat allochtone mantelzorgers door de migratie en/of door het zorgen vaak een vooropleiding hebben gemist en daardoor weinig toegang hebben tot de reguliere opleidingen en de arbeidsmarkt. Een deel van de doelgroep is de taal niet goed machtig doordat zij op latere leeftijd (bijvoorbeeld als huwelijksmigrant) naar Nederland zijn gekomen. Hierdoor hebben sommigen ook opleidingskansen gemist. Een andere groep, in Nederland opgegroeid, missen opleidingskansen door hun mantelzorgtaken. Bovendien kunnen door het ontbreken van een startkwalificatie de kansen op de arbeidsmarkt beperkt zijn.

Onbekendheid met de term 'mantelzorg' en ondersteuningsaanbod

Veel allochtone mantelzorgers zijn onbekend met de term 'mantelzorg' en herkennen zich daarmee niet als mantelzorger. Verdere kennis over mantelzorg ontbreekt ook. Samenhangend hiermee is er tevens onbekendheid met het ondersteuningsaanbod. In het onderzoek van Moerbeek et al. (2010) zegt een flink deel van de allochtone mantelzorgers globaal wel geïnformeerd te zijn over bepaalde voorzieningen. Bij doorvragen bleek echter dat men niet echt bekend is met het aanbod. Ruwweg een derde geeft aan bepaalde specifieke voorzieningen te kennen. Ruim 10% maakt er ook echt gebruik van. Sommige mantelzorgers willen geen informatie omdat ze geen vreemden wensen toe te laten, of zich schamen voor het feit dat ze het niet alleen afkunnen. Ruim één op de drie heeft wel degelijk behoefte aan voorlichting en informatie. Chinezen, Turken en in iets mindere mate Marokkanen geven aan dat taalproblemen een belangrijke belemmering zijn bij het verkrijgen van de juiste informatie.

Gat tussen 'bekend met' en 'gebruik van'

Mensen die wel geïnformeerd zijn, maken over het algemeen toch weinig gebruik van zorg- en ondersteuningsaanbod (Moerbeek et al., 2010). Hiervoor worden vier oorzaken genoemd. Ten eerste het punt van het delen van zorg zoals beschreven onder het gelijknamige kopje hierboven. Er bestaat een groot emotioneel gat tussen geïnformeerd zijn en daadwerkelijk besluiten om hulp in te roepen omdat men het eigenlijk liever zelf wil doen, of omdat degene die verzorgd wordt per se geen andere hulp wil. Ten tweede, wanneer allochtone mantelzorgers in de praktijk te maken krijgen met het Nederlandse zorgsysteem (en de wijze waarop bijvoorbeeld de thuiszorg en verzorgingstehuizen functioneren) schrikken ze vaak van de kwaliteit van de zorg. De mantelzorgers geven aan dat de voorzieningen niet aansluiten bij hun cultuur en bij hun wensen en behoeften. Ten derde bestaat bij een deel van de allochtone bevolking een groot wantrouwen jegens de overheid: aan de ene kant biedt deze regelingen en voorzieningen, die ze aan de andere kant met hetzelfde gemak weer kan terugdraaien – waarna de cliënt met de problemen blijft zitten. Tot slot zijn veel allochtone mantelzorgers onzeker omdat ze het systeem niet kunnen overzien en niet weten wat er van hen persoonlijk verwacht wordt.

Bereik instellingen en organisaties

Uit praktijkervaringen blijkt dat veel instellingen en organisaties moeite hebben met het bereiken en betrekken van allochtone mantelzorgers. Daarnaast hebben gemeenten met de invoering van de Wmo de regie gekregen op het gebied van mantelzorg. In de praktijk betekent dit dat de gemeente een zorgloket moet inrichten en dat ze beide partijen subsidieert die mantelzorgers ondersteunen. Uit het onderzoek van Moerbeek et al. (2010) komt verder naar voren dat de zorgloketten in het algemeen (nog) weinig bezocht

worden door allochtone mantelzorgers. Tonkens et al. (2011) signaleren dit eveneens. Zij geven als verklaring dat mensen met een zorgvraag verondersteld worden deze ook uit zichzelf te kunnen formuleren. Voor professionals vormt dit een belemmering voor het (h)erkennen van de problemen van allochtone 'spilzorgers'.

De onderzoekers concluderen dat het intensieve zorgen de mogelijkheden tot emancipatie en deelname aan de samenleving van allochtone mantelzorgers in ernstige mate belemmert.

Aan te pakken factoren

Welke factoren pakt de interventie aan en welke, in paragraaf 2.2. benoemde, (sub)doelen horen daarbij?

1. Onbekendheid met de term 'mantelzorg' en het ondersteuningsaanbod

Binnen het AMWAHT-traject worden deelnemers bekend gemaakt met de term 'mantelzorg' en leren zij over het ondersteuningsaanbod. Onderdeel hiervan vormt ook het kennismaken met instellingen en organisaties op het gebied van mantelzorgondersteuning. Dit sluit aan bij subdoel 1.

2. Opleiding en kansen op de arbeidsmarkt vergroten

Door migratie en/of zorgtaken missen allochtone mantelzorgers vaak een (voor)opleiding en hebben daardoor weinig toegang tot reguliere opleidingen en de arbeidsmarkt. De interventie op zichzelf is een opleiding waarin deelnemers leren lotgenotengroepen op te zetten en uit te voeren en resulteert idealiter in een baan. De inhoud van de interventie is deels gericht op het verkennen van de eigen dromen, wensen en mogelijkheden. Dit sluit aan bij subdoelen 2, 3, 4 en 5.

3. (Over)belasting

(Over)belasting wordt niet direct door de interventie aangepakt. Wel wordt gedurende de opleiding door de deelnemers gereflecteerd op hun eigen zorgsituatie. Deze inzichten kunnen bijdragen aan het verbeteren van de persoonlijke zorgsituatie. Dit sluit aan bij subdoelen 3 en 4.

4. Motieven voor mantelzorg

Naast liefde zijn vanzelfsprekendheid en plichtsgevoel de belangrijkste motieven voor mantelzorgen. Ook schaamte maakt dat allochtone mantelzorgers alleen zorgen (Moerbeek et al., 2010). Gedurende de AMWAHT-opleiding worden motieven voor mantelzorg verkend en besproken met lotgenoten. Dit kan bijdragen aan de houding en het hulpzoekgedrag van de deelnemers. Dit sluit aan bij subdoelen 3 en 4.

5. Delen van zorg

Het delen van zorg wordt niet direct aangepakt door de interventie. Wel leren deelnemers over professionele zorg en reflecteren zij op hun zorgtaak en verkennen zij hun eigen dromen, wensen en mogelijkheden. Deze kennis wordt ook tijdens de stage ingezet bij het uitvoeren van lotgenotengroepen en bereikt op deze manier een bredere groep mantelzorgers. Dit kan stimuleren tot het delen van zorg met naasten en/of professionele hulp inschakelen. Dit sluit aan bij subdoelen 1, 3 en 4.

Verantwoording

Het hoofddoel van AMWAHT is het vergroten van het zelfsturend vermogen van allochtone mantelzorgers. Om dit doel te bereiken zijn de volgende vijf subdoelen te onderscheiden.

Deelnemers hebben kennis over verschillende aspecten van mantelzorg en de omgeving waarin zich dat afspeelt (subdoel 1 – kennis)

In module 1 'Lotgenoten' van de opleiding wordt op verschillende lesdagen informatie gegeven over het begrip 'mantelzorg': definitie, soorten mantelzorg, et cetera. Specifiek wordt ingegaan op jonge mantelzorgers (lesdag 5) en mantelzorg en dementie (dag 6).

In module 1 wordt eveneens kennisgemaakt met instellingen en organisaties die mantelzorgers ondersteunen via een speeddate-programma. In module 2 worden er gastdocenten uitgenodigd, bijvoorbeeld om over ggz- problematiek en mantelzorg te praten. In het praktijkdeel leren de deelnemers een instelling van binnen kennen tijdens hun stage.

Deelnemers weten hoe lotgenotengroepen georganiseerd worden en hoe groepsprocessen werken (subdoel 2 – kennis)

Met het oog op het organiseren en begeleiden van lotgenotengroepen in het praktijkdeel, leren de deelnemers in module 2 wat een netwerk is en hoe je een netwerk kunt inzetten. In module 3 wordt vervolgens ingegaan op hoe groepsprocessen werken. Bijvoorbeeld het leren herkennen van rollen in een groep (dag 16) en groepsdynamica aan de hand van de Roos van Leary (dag 17).

Deelnemers zijn zich bewust van hun eigen rol als mantelzorger (subdoel 3 – bewustzijn)

Module 1 staat in het teken van 'lotgenoten'. Op vrijwel elke lesdag wordt door middel van werkvormen aandacht besteed aan de eigen rol als mantelzorger. Een voorbeeld is de 'sleutelbos'- werkvorm. Aan de hand van de eigen sleutelbos vertellen deelnemers hun levensverhaal (lesdag 1). Door middel van de 'zorgtaart'- werkvorm brengen deelnemers in beeld hoeveel tijd zij aan mantelzorg besteden per dag (dag 2). Het overdragen van kennis over mantelzorg gaat hand in hand met reflectie van de deelnemers op hun eigen zorgtaken en motieven aan de hand van werkvormen. Bijvoorbeeld een werkvorm waarbij de deelnemers hun zorg schetsen (voor wie zorg je zelf, wie zorgt voor jou en hoe zorg je voor jezelf) (lesdag 3). Of het werken met kaartjes waarop deelnemers schrijven waarom zij zorgen (lesdag 4). Dit wordt vervolgens plenair besproken. Begrippen en theorie worden aansluitend door de docent gegeven.

Deelnemers zijn zich bewust van hun eigen kracht (subdoel 4 – bewustzijn)

Het verkennen en bewust worden van de eigen kracht loopt als een rode draad door de modules. In module 1 begint dit met het verkennen van de eigen talenten (dag 3). In module 2 wordt hier in mindere mate aandacht aan besteed, maar het komt wel terug in de oefeningen. Bijvoorbeeld de oefening 'Zeg iets positiefs over de ander' (dag 13). Module 3 gaat behalve over de voorbereiding van de stages ook over empowerment. In deze module wordt verder ingegaan op bewustwording van de eigen kracht van de deelnemers. Bijvoorbeeld door een oefening in het geven van complimenten, theorie over empowerment (dag 14) en een oefening waarbij de deelnemers hun droom en ambitie tekenen en bespreken hoe je van een droom werkelijkheid kunt maken (dag 15).

'Verhalen' zijn de basis voor de subdoelen 3 en 4. Eigen ervaringen en inzichten van groepsdeelnemers spelen een belangrijke rol. Zij worden uitgenodigd om door middel van verhalen en beelden hun inzichten, waarden, twijfels en verwachtingen met elkaar te delen, om van daaruit te ontdekken wat hen bindt en waar verschillen liggen. De nadruk op het verhalende sluit aan bij de theorie die Meininger (2007, in: Moerbeek, 2007) ontwikkeld heeft over sociale integratie van mensen met een verstandelijke handicap. Volgens Meininger is sociale integratie een interpersoonlijk proces waarin verhalen van mensen verteld en gehoord worden. "Verhalen verbinden mensen in uiteenlopende modi met zichzelf, met elkaar en met het menselijk leven en samenleven in cultuur en maatschappij. In het verbindende vertellen wordt het vreemde niet ontkennd of terzijde geschoven, maar tegemoet getreden in gesprek van mensen met zichzelf en anderen" (Meininger, 2007 in: Moerbeek, 2007).

Deelnemers kunnen lotgenotengroepen opzetten en begeleiden (subdoel 5 – vaardigheden)

In module 2 leren de deelnemers over netwerken. Ook oefenen zij met professionaliteit, bijvoorbeeld aan de hand van een telefoongesprekoefening (dag 11) en met mobiliseren en activeren van mantelzorgers (dag

12). In alle modules oefenen de deelnemers met het maken van afspraken en het presenteren en begeleiden van gesprekken. Dit soort opdrachten worden eerst in rollenspellen geoefend waarna de deelnemers *feedback* geven op elkaars aanpak. Specifiek in module 3 leren de deelnemers een eigen programma op te zetten voor het praktijkgedeelte (dag 18 en 19). In het praktijkgedeelte gaan de deelnemers echt aan de slag en leren zij door te doen. Gedurende dit traject krijgen zij nog begeleiding.

De lesdagen zijn zo ingericht dat de deelnemers eerst zelf met het thema aan de slag gaan tijdens de oefening en reflectie, zonder achtergrondinformatie. Pas in de middag krijgen zij theorie. In de praktijk blijkt dat zij vaak al zelf conclusies hebben getrokken die in de theorie aan bod komen. Deze aanpak heeft tot doel het leerproces te bevorderen en deelnemers bewust te maken van de eigen stappen die zij hierin reeds zetten (persoonlijke communicatie ontwikkelaar, Saskia Moerbeek, 20 december 2013).

Werkzame elementen

- Een intensieve, groepsgerichte opzet van de interventie (2).
- Tijdens de opleiding (c.q. lotgenotengroep) ontstaat een groot onderling vertrouwen (2, 5).
- Niet-schoolse aanpak met een combinatie van zware thema's (persoonlijke verhalen) en lichte oefeningen (2, 3).
- De opleiding is gericht op ruimte voor de deelnemers om hun eigen verhaal en beleving te uiten (2, 3).
- Deelnemers doen eerst zelf wat ze later gaan gebruiken tijdens de lotgenotengroepen (2).
- De combinatie van een opleidingsdeel en praktijkdeel (2, 5).
- Door de fasering wordt een systematische aanpak gerealiseerd (2).
- Nazorg: tijdens het praktijkdeel zijn er nog bijeenkomsten (2).

Betekenis scores:

2 = Veronderstelling in de aanpak

3 = Onderbouwing

5 = Praktijkervaringen

6 = Effectonderzoek

4. Uitvoering

Materialen

Movisie heeft de volgende materialen beschikbaar om met AMWAHT te werken.

- Wervingsmaterialen: folder AMWAHT-plus voor instellingen (producenten), gemeentebesturen en docenten (Stichting BMP, 2012) en het boekje *AMWAHT over lotgenoten & empowerment* (Stichting BMP, 2010) over vraagstukken en ervaringen van deelnemers aan de experimentele AMWAHT-trajecten in Amsterdam en Utrecht.
- Materialen voor producenten en docenten: Opleidingsboek (Moerbeek & Von Meijenfheldt, 2012).
- Materialen voor de doelgroep: Methodenwaaier (Stichting BMP, 2012 b) en AMWAHT Begrippenwaaier (Stichting BMP, 2012 a) met voorbeelden van methoden en richtlijnen, tips en oefeningen bij het werken met groepen (allochtone) mantelzorgers en een certificaat voor het afronden van deel 1 en deel 2 van de opleiding.

Neem contact op met Movisie om de materialen te bestellen (www.movisie.nl).

Type organisatie

De AMWAHT-opleiding kan in principe georganiseerd worden door iedere (plaatselijke) instelling of organisatie die affiniteit met de doelgroep en voldoende organisatievermogen heeft. Steunpunten Mantelzorg, plaatselijke welzijnsinstellingen en ROC 's kunnen bijvoorbeeld optreden als producent van een opleiding.

In het eerste AMWAHT-project experimenteerden de gemeenten Amsterdam en Utrecht met de opleiding. Voor het AMWAHT-plus project is de opleiding uitgerold naar andere gemeenten verspreid over het land. In de volgende steden en stadsdelen is de opleiding gestart of afgerond: Alkmaar, Amsterdam centrum, Amsterdam Nieuw-West, Amsterdam-Noord, Amsterdam Zuidoost, Arnhem, Groningen, Nijmegen, Utrecht en Zwolle. In een aantal van deze steden /stadsdelen is men reeds begonnen met een tweede of derde opleidingsgroep. In Almere, Amersfoort, Amsterdam-Oost, Den Haag, Heerhugowaard, Hoofddorp, Kampen, Roermond, Rotterdam, Weert, Zeist en Utrechtse Heuvelrug zijn er plannen om te starten met de AMWAHT-opleiding.

Opleiding en competenties

Binnen het AMWAHT-plus project is voor de *producent* een cursus ontwikkeld van vier dagdelen. Voor de *docent* is een cursus ontwikkeld van zeven dagdelen. Deze cursus is niet verplicht, maar de ontwikkelaars raden wel aan de cursus te volgen alvorens met AMWAHT aan de slag te gaan. Het plan is om de cursussen in samenwerking met Movisie opnieuw aan te bieden.

Competenties van de *producent* liggen op het vlak van organisatie. *Docenten* hoeven niet per se een onderwijsachtergrond te hebben. Ervaring in het omgaan met groepen en groepsprocessen is wel een voorwaarde, evenals ervaring in het werken met volwassen ervaringsdeskundigen. Enige kennis van culturele achtergronden van de deelnemers is een pre, empathisch vermogen noodzakelijk. In principe wordt de opleiding door twee docenten gegeven. Het is mogelijk om te kiezen voor een docent die zich naast het groepsproces vooral op de inhoud richt en een assistent-docent die zich behalve met het groepsproces ook met het individuele welbevinden van de deelnemers bezighoudt. In de experimenttrajecten is gebleken dat

de deelnemers in hun privéleven vaak te maken hebben met zware emotionele vraagstukken. De AMWAHT-docenten zijn echter geen hulpverleners. Ze gebruiken de kracht van de groep om individuele deelnemers te steunen.

Kwaliteitsbewaking

De kwaliteit van de interventie wordt niet bewaakt.

Randvoorwaarden

De organisatorische randvoorwaarden betreffen:

- het werven van geld voor de uitvoering van de opleiding
 - het aantrekken van een geschikte docent(en) (en een geschikte assistent-docent)
 - het werven van deelnemers (al dan niet in samenwerking met partnerorganisaties) en het, al dan niet samen met de docent, voeren van intakegesprekken met individuele deelnemers
 - het regelen van een leslocatie
 - het uitreiken van de twee certificaten
 - het aanbieden van een gezamenlijk ontspanningsmoment
 - het vroegtijdig regelen van stageplaatsen bij zorg- en welzijnsinstellingen in de gemeente
 - het waar mogelijk ondersteunen van individuele deelnemers op weg naar vormen van betaald werk.
-

Implementatie

Zoals beschreven onder het kopje 'Opleiding en competenties' is er een cursus ontwikkeld voor producenten. In deze cursus krijgen de toekomstige producenten informatie over de inhoud en aard van de AMWAHT-opleiding. Ook wordt gezamenlijk gekeken wat er komt kijken bij het opzetten van een opleiding, wordt ingegaan op wat belangrijk is bij het werven van deelnemers en docenten en het organiseren van stageplekken en worden plannen van aanpak ontwikkeld en besproken.

In het Opleidingsboek (Moerbeek & Von Meijefeldt, 2012) staat kort beschreven welke activiteiten de producent op welk moment moet uitvoeren.

Kosten

Voorbeeld van een begroting voor de AMWAHT-opleiding (persoonlijke communicatie ontwikkelaar, Saskia Moerbeek, 20 december 2013):

	<i>Uren</i>	<i>Prijs</i>	<i>Totaal per dag</i>	<i>Aantal dagen</i>	<i>Totaal bedrag</i>
Docent cursusdeel	10	60	600	20	€ 12.000
Assistent-docent cursusdeel	10	30	300	20	€ 6.000
Docent praktijkdeel + terugkomdagen	8	60	480	5	€ 2.400
Assistent-docent praktijkdeel + terugkomdagen	8	30	240	5	€ 1.200
TOTAAL	36	180	1620	30	€ 21.600

Uitgaande van:

- € 60 per uur voor een docent en € 30 per uur voor een assistent-docent
- zes uur les per lesdag; vier uur daar omheen

- vijf dagen extra voor praktijkdeel, terugkomdagen en begeleiding.

De kosten voor de producent kunnen erg verschillen, afhankelijk van het netwerk dat zijzelf hebben.

5. Onderzoek naar praktijkervaringen

Onderzoek en resultaten

Er is geen systematisch onderzoek verricht naar de praktijkervaringen met AMWAHT. Wel zijn er verslagen over praktijkervaringen van deelnemers aan de opleiding en van docenten.

- A. Stichting BMP (2009 a). *Eindverslag Project Allochtone Mantelzorgers Werken Aan Hun Toekomst. AMWAHT*. Amsterdam: Stichting BMP.
- A. Stichting BMP (2009 b). *Voortgangsbericht AMWAHT juli 2009*. Amsterdam: Stichting BMP.
- A. Stichting BMP (2009 c). *Voortgangsbericht AMWAHT december 2009*. Amsterdam: Stichting BMP.
- A. Stichting BMP (2011 a). *De AMWAHT Praktijkexperimenten in Amsterdam*. Amsterdam: Stichting BMP.
- A. Stichting BMP (2011 b). *De AMWAHT Praktijkexperimenten in Utrecht*. Amsterdam: Stichting BMP.
- B. De bovenstaande publicaties omvatten praktijkverslagen gebaseerd op mondelinge gesprekken en evaluaties met deelnemers (n=33) en docenten (n=4) aan het experimentele AMWAHT-project in Amsterdam en Utrecht.
- C. Relevante uitkomsten:

Praktische toepasbaarheid

Deelname aan de opleiding en het praktijkdeel

Tijdens het AMWAHT-project in Amsterdam en Utrecht zijn van de 45 kandidaten waarmee gesproken is, 34 vrouwen aan de opleiding begonnen. Aan het experimenteeltraject in Amsterdam hebben 17 vrouwen deelgenomen aan de AMWAHT-opleiding. Eén deelnemer is gestopt wegens ziekte, de anderen hebben de opleiding succesvol afgerond. Twaalf deelnemers hebben stage gelopen. De vier overige deelnemers hebben afgezien van een praktijkstage wegens ziekte of omdat ze een volledige baan hadden (Stichting BMP, 2011 a). In Utrecht hebben eveneens 17 vrouwen deelgenomen aan de opleiding, 12 vrouwen hebben stage gelopen. De overige vijf vrouwen hebben geen stage gelopen omdat zij een baan vonden (3) of omdat hun mantelzorgtaken in zwaarte toenamen (2) (Stichting BMP, 2009 a en persoonlijke communicatie ontwikkelaar, Saskia Moerbeek, 20 december 2013). Beide groepen bestonden uit vrouwen van Turkse, Marokkaanse en Surinaamse afkomst. In Amsterdam nam ook een vrouw uit voormalig Joegoslavië deel. De leeftijden van de deelnemers liepen uiteen van 28 tot 61 jaar (Stichting BMP, 2009 c).

Bereik lotgenotengroepen

Tijdens het AMWAHT-project in Amsterdam zijn in tijdens de stages 345 mantelzorgers direct bereikt, waarvan 150 in Nieuw-West en 195 in Oost. Voor 30 mantelzorgers in Nieuw-West geldt dat zij in een lotgenotenprogramma acht keer bijeen zijn geweest. Datzelfde geldt voor 45 mantelzorgers in Oost (Stichting BMP, 2011 a). In Utrecht zijn met AMWAHT ruim 100 allochtone mantelzorgers bereikt en ondersteund. Er zijn zes lotgenotengroepen opgezet die tussen de acht en 25 keer bijeen kwamen. Daarnaast zijn in de zorginstellingen talrijke individuele gesprekken gevoerd (Stichting BMP, 2011 b).

Gebruik methoden

Tijdens de experimentele AMWAHT-opleiding hebben de deelnemers diverse oefeningen geleerd om te gebruiken in gespreksgroepen tijdens het praktijkdeel. De stagiaires kozen tijdens het praktijkdeel oefeningen die ze het meest passend vonden voor hun groep of bijeenkomst. Sommigen bedachten zelf ook andere methoden of maakten gebruik van andere bestaande methoden die ze aanpasten voor gebruik in hun lotgenotengroepen (Stichting BMP, 2011 a).

Succesfactoren

Plaatsing deelnemers bij instellingen

Tijdens het AMWAHT-project was het niveau van deelnemers aan de opleiding erg verschillend. Sommige cursisten waren geboren groepsbegeleiders, anderen hadden hier veel moeite mee en fungeerden veel beter als gastvrouw of als voorlichter. Bij het plaatsen van de stagiaires is getracht hier zoveel mogelijk rekening mee te houden. Dit heeft ertoe geleid dat de AMWAHT-ers bij veel verschillende soorten programma's betrokken zijn geweest (Stichting BMP, 2011 a).

Werving mantelzorgers voor lotgenotengroepen: persoonlijke benadering

In de werving van mantelzorgers voor informatiebijeenkomsten en lotgenotengroepen voor het AMWAHT-traject is het succesvol gebleken wanneer het eigen netwerk van de stagiaires werd aangesproken en gekozen werd voor een warme werving op basis van vertrouwen. Bij voorkeur gebeurt dit in persoonlijk contact. Als het om moeilijk te bereiken groepen gaat, waar schaamte en taboe een rol spelen, lukt de werving alleen als er een vertrouwensband is (Stichting BMP, 2011 a, b).

Stages: aan de slag

Daar waar de activiteiten aansloten bij bestaande projecten van de organisaties en instellingen konden de stagiaires relatief snel aan de slag (Stichting BMP, 2011 a). In Utrecht en Amsterdam is bijvoorbeeld de Dag van de Mantelzorg (10 november) gebruikt als wervingsmoment voor het opzetten van lotgenotengroepen. De AMWAHT-ers sloten aan bij de organisatie van deze dag: ze bereidden workshops voor en begeleidde deze, ze lieten mensen kennis maken met het fenomeen lotgenotengroep (Stichting BMP, 2011 a).

Faalfactoren

Vinden van stageplekken

Bij de werving van stageplekken voor het AMWAHT-project toonden sommige organisaties en instellingen zich enthousiast over het project als geheel, maar ze hadden problemen met de gedachte dat ze opgeleide mantelzorgers een nulurencontract zouden moeten aanbieden (Stichting BMP, 2009 b).

Stages: aan de slag

In zowel Utrecht als Amsterdam duurde het vrij lang voordat de stageplekken en de invulling van de activiteiten voor alle AMWAHT-ers een feit waren. De communicatie met de organisaties en instellingen verliep niet altijd even eenvoudig. Dit hing deels samen met op handen zijnde bezuinigingen, deels met communicatie binnen instellingen zelf (Stichting BMP, 2011 a). Communiceren en wederzijdse verwachtingen uitspreken is daarbij cruciaal. En daar ontbrak het, mede door de hoge werkdruk van stagebegeleiders, nogal eens aan. Vooral ambities van de stagiaires om met mantelzorgers te werken én eigen programma's te ontwikkelen, liepen niet altijd parallel met de plannen van de instellingen waar stage gelopen werd. Hierdoor voelde een aantal stagiaires zich in het begin nogal verloren (Stichting BMP, 2011 a).

Stages: opstarten lotgenotengroepen

In de gevallen dat er voor werving van allochtone mantelzorgers nieuwe plekken bezocht moesten worden en nieuwe groepen gevormd, verliep het niet altijd even eenvoudig. Soms werden stagiaires 'in de wachtstand' gezet, omdat de instelling eerst zelf de contacten wilde voorbereiden maar daar wegens drukte eigenlijk niet aan toekwam.

Daarnaast bleek dat sommige stagiaires toch wat moeite hadden om zelf initiatief te nemen (Stichting BMP, 2011 a).

Waardering door producenten

Op het moment van de overgang van de opleiding naar de stage, hadden alle producenten een moment waarop zij dachten dat de deelnemers nog niet klaar waren voor deze start. De ervaring heeft echter geleerd dat het wel werkte en juist groei bij de deelnemers heeft bewerkstelligd. Een ander punt dat de producenten aandroegen, is een positief neveneffect: doordat de deelnemers stage lopen binnen een reguliere instelling, wordt het onderwerp diversiteit op de agenda gezet (persoonlijke communicatie ontwikkelaar, Saskia Moerbeek, 20 december 2013).

Waardering door docenten

De docenten van de experimentele AMWAHT-opleiding zijn positief over het traject. Een reactie: "Het is bijzonder om te zien wat AMWAHT persoonlijk met de vrouwen doet. Voor sommigen is het een waar omslagpunt in hun leven waarbij zij voor het eerst iets voor zichzelf doen, iets waar zij persoonlijk voor kiezen. Anderen vertellen voor de eerste keer in hun leven hun eigen verhaal of geven voor het eerst hun zorgtaak voor één dag per week uit handen." (Stichting BMP, 2009 c).

Waardering door doelgroep

In een verslag van het experimentele AMWAHT-traject in Amsterdam (Stichting BMP, 2011 a) wordt de waardering door de doelgroep samengevat. Terugkijkend op de stageperiode geven de AMWAHT-ers aan dat het een leerzame periode is geweest en dat ze nu beseffen dat het niet eenvoudig is om activiteiten in de stadsdelen van de grond te krijgen, onder andere omdat de instellingen vrijwel allemaal met zeer krappe budgets moeten werken. Een aantal stagiaires zag de soms moeizame start van de stages juist als stimulans om zelf initiatieven te nemen en te zoeken naar mogelijkheden om als zelfstandig begeleider van lotgenotengroepen of als onderzoeker aan de slag te gaan. Het begeleiden van groepen en het organiseren van informatie- en gespreksbijeenkomsten heeft de meeste stagiaires niet alleen vaardiger gemaakt, maar ook zelfbewuster. Twee deelnemers hebben na afloop van het traject gekozen voor een vervolgopleiding.

Praktijkvoorbeeld

Praktijkervaring stage AMWAHT

Eén van de stages vond plaats in De Riekershof, een woon- en zorgcentrum van Cordaan in Amsterdam. De voorzieningen van De Riekershof zijn niet alleen voor bewoners en familieleden, ook buurtbewoners kunnen hier gebruik van maken. De gedachte is dat in de dagactiviteiten van het centrum familieleden / mantelzorgers van de bewoners elkaar kunnen ontmoeten. Aangezien daar door allochtone buurtbewoners nog niet veel gebruik van werd gemaakt, is het idee ontstaan om een aantal informatiebijeenkomsten te organiseren met als thema zorg en mantelzorg. Twee AMWAHT-ers werden ingezet om samen met mensen van Cordaan vier bijeenkomsten in verschillende buurthuizen te organiseren. Daarbij is samengewerkt met de welzijnsorganisatie Impuls, die de buurtcentra België en Het Anker onder haar hoede heeft. Het eerste deel van de bijeenkomsten had een informatief / voorlichtend karakter en werd verzorgd door de wijkverpleging. Het tweede deel vond plaats in de vorm van een groepsgesprek over het begrip mantelzorg en de vraagstukken waar je tegenaan loopt. Deze gesprekken zouden worden begeleid door de AMWAHT-stagiaires. Eén van de twee moest haar stage echter vroegtijdig afbreken omdat haar dochter vrij plotseling op sterven lag. De ander, een Marokkaanse vrouw, heeft de gesprekken, waar per keer zo'n vijftien vrouwen aan deelnamen toen alleen begeleid. Met succes. Na afloop van haar stageperiode kreeg ze een nulurencontract aangeboden bij het woon- en zorgcentrum, onder andere om vragen als 'hoe kan je als instelling aansluiten bij de wensen van allochtone ouderen' en 'in hoeverre zijn de huidige activiteiten van het zorgcentrum aantrekkelijk voor deze groep' beantwoord te krijgen (Stichting BMP, 2011 a).

Op de website van BMP staan diverse video's over AMWAHT, zoals een inspiratieochtend (<http://www.stichtingbmp.nl/cms/projecten/amwaht>) en AMWAHT-plus (<http://www.stichtingbmp.nl/cms/projecten/amwaht-plus>).

6. Onderzoek naar de effectiviteit

Onderzoek in Nederland

De ontwikkelaar voert geen onderzoek aan naar de effectiviteit van de interventie noch voert de ontwikkelaar onderzoek uit naar soortgelijke interventies. Dergelijk onderzoek is evenmin gevonden bij de door Movisie uitgevoerde literatuursearch.

Onderzoek naar vergelijkbare interventies

Er zijn geen vergelijkbare interventies bekend bij de ontwikkelaar.

7. Aangehaalde literatuur

Boer, A. de, Broese van Groenou, M., Timmermans, J. (Eds.) (2009). *Mantelzorg. Een overzicht van de steun van en aan mantelzorgers in 2007*. Den Haag: SCP.

CBS (2013). *220 duizend Nederlanders voelen zich zwaarbelast door mantelzorg*. Persbericht, 22 april 2013. Den Haag/Heerlen: CBS.

Kekes, J. (1988). *The Examined Life*. Londen: Bucknell University Press.

Kekes, J. (1995). *Moral Wisdom and Good Lives*. Ithaca, Londen: Cornell University Press.

Lange, F. de (2003). Schipperen met het eigen leven. Zelfsturing als normatief ideaal. In: T. Boer & A. Roothaan (red.) *Gegeven. Ethische Essays over het leven als gave* (pp. 59-77). Zoetermeer: Uitgeverij Boekencentrum.

Meininger, H.P. (2007). Verhalen verbinden. Een narratief-ethisch perspectief op sociale integratie van mensen met een verstandelijke handicap. *Oratie*. Amsterdam: Vrije Universiteit.

Moerbeek, S. (2007). *Ons droomhuis. Rapportage van gesprekken over een woonvoorziening in Almere voor kinderen met een verstandelijke beperking en een islamitische achtergrond*. Amsterdam: Stichting BMP.

Moerbeek, S., Meijenfheldt, F. von & Kroese, G. (2010). *Zorgt u ook voor iemand? De positie van allochtone mantelzorgers en hun gebruik van ondersteuningsmogelijkheden in zes Nederlandse steden*. Utrecht: Forum.

Moerbeek, S. & Meijenfheldt, F. von (2012). *AMWAHT Opleidingsboek*. Amsterdam: Stichting BMP.

Oudijk, D., Boer, A. de, Woittiez, I., Timmermans, J., Klerk, M. de (2010). *Mantelzorg uit de doeken. Een actueel beeld van het aantal mantelzorgers*. Den Haag: SCP.

SLO (onbekend). *Zelfsturing/autonomie*. Binnengehaald 12 augustus 2014, van <http://sociaalemotioneel.slo.nl/thema/algemeen/socialecompetentie/zelfsturing/>

Stichting BMP (2008 a). *Allochtone Mantelzorgers Werken aan hun Toekomst. Een ontwikkelingsproject van de stichting BMP*. Amsterdam: BMP.

Stichting BMP (2008 b). *Rapportage III. Project "Mantel der Liefde": migrantenvrouwen spreken zich uit over zorg en mantelzorg. Verslag van fase 4, juni 2007 t/m december 2008*. Amsterdam: Stichting BMP.

Stichting BMP (2009 a). *Eindverslag Project. Allochtone Mantelzorgers Werken Aan Hun Toekomst. AMWAHT*. Amsterdam: Stichting BMP.

Stichting BMP (2009 b). *Voortgangsbericht AMWAHT juli 2009*. Amsterdam: Stichting BMP.

Stichting BMP (2009 c). *Voortgangsbericht AMWAHT december 2009*. Amsterdam: Stichting BMP.

Stichting BMP (2010). *AMWAHT over lotgenoten & empowerment*. Amsterdam: Stichting BMP.

Stichting BMP (2011 a). *De AMWAHT Praktijkexperimenten in Amsterdam*. Amsterdam: Stichting BMP.

Stichting BMP (2011 b). *De AMWAHT Praktijkexperimenten in Utrecht*. Amsterdam: Stichting BMP.

Stichting BMP (2012 a). *AMWAHT Begrippenwaaier. Richtlijnen, tips & oefeningen bij het werken met groepen (allochtone) mantelzorgers*. Amsterdam: Stichting BMP.

Stichting BMP (2012 b). *AMWAHT Methodenwaaier. Module lotgenoten*. Amsterdam: Stichting BMP.

Tonkens, E., Verplanke, L. & Vries, L. de (2011). *Alleen slechte vrouwen klagen. Problemen en behoeften van geïsoleerde allochtone spijzorgers in Nederland*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam, Utrecht: Movisie.