

Buurtcirkel

Interventiebeschrijving

Datum: November 2021

Het werkblad (versie mei 2015) dat gebruikt is voor het maken van deze interventiebeschrijving, is een gezamenlijk werkblad van de volgende organisaties:



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
*Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport*

NCJ Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid



kennis en aanpak van
sociale vraagstukken



**Nederlands
Jeugdinstituut**



Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Pameijer

E-mail: jan.alblas@pameijer.nl

Telefoon: 010 2710000 / 06 22904083

www.Buurtcirkel.nl

Contactpersoon

Naam: Jan Alblas

E-mail: jan.alblas@pameijer.nl

Telefoon: 010 2710000 / 06 22904083

Referentie in verband met publicatie

Naam auteur interventiebeschrijving: J. Alblas, A. Hammink, R. v. Vliet, A. v. Vulpen

Titel interventie: Buurtcirkel

Databank(en): Databank Effectieve sociale Interventies

Plaats, instituut: Utrecht, Movisie

Datum : November 2021

Inhoud

Colofon	2
Inhoud	3
Samenvatting	4
1. Uitgebreide beschrijving	5
1.1 Doelgroep	5
1.2 Doel	6
1.3 Aanpak	6
2. Uitvoering	13
2.1 Materialen	13
2.2 Locatie en type organisatie	13
2.3 Opleiding en competenties van de uitvoerders	13
2.4 Kwaliteitsbewaking	15
2.5 Randvoorwaarden	16
2.6 Implementatie	16
2.7 Kosten	17
6. Onderbouwing	20
3.1 Probleem	20
3.2 Oorzaken	21
3.3 Aan te pakken factoren	21
3.4 Verantwoording	23
7. Onderzoek	27
4.1 Onderzoek naar de uitvoering	27
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten	30
4.3 Praktijkvoorbeeld	30
8. Samenvatting Werkzame elementen	30
9. Aangehaalde literatuur	31

Samenvatting

Buurtcirkel richt zich op mensen in een kwetsbare positie met een ondersteuningsvraag. De ondersteuningsvragen zijn uiteenlopend en kunnen groot of klein van aard zijn. Het is belangrijk dat deelnemers gemotiveerd zijn om mee te doen, mensen te leren kennen en hulp te bieden. Met 9 tot 12 deelnemers uit de wijk wordt een Buurtcirkel gevormd. Tijdens Buurtcirkel activiteiten wordt ingezet op talenten en vaardigheden, het opbouwen van een netwerk, hulp vragen, hulp bieden en meedoen in de wijk. Deelnemers hebben zelf de regie over activiteiten, gespreksonderwerpen en hun ontwikkelplan. Zij worden hierbij ondersteund door de Buurtcirkelcoach en de vrijwilliger. Door deelnemers zoveel mogelijk zelf te laten doen, draagt Buurtcirkel bij aan de zelfstandigheid van deelnemers.

Doelgroep

De interventie is voor mensen in een kwetsbare positie die nog niet in staat zijn om zonder professionele en/of informele ondersteuning zelfstandig te (blijven) leven in de buurt. De kwetsbaarheid kan van psychische, cognitieve en/of sociale aard zijn. Essentieel is dat deelnemers gemotiveerd zijn om te werken aan hun eigen ontwikkeling.

Doel

Deelnemers maken een ontwikkeling door waarna ze zelfstandiger door het leven kunnen gaan. Door te leren van en met elkaar doen zij (sociale) vaardigheden op, vergroten zij hun sociale netwerk (in de directe omgeving), herwinnen aan eigen regie en zijn minder afhankelijk van professionele en/of informele ondersteuning.

Aanpak

Een Buurtcirkel bestaat uit een groep van 9 tot 12 deelnemers die wekelijks bij elkaar komt. Deze bijeenkomsten duren twee tot drie uur. Daarnaast is er individuele begeleiding op maat. Het leer- en ontwikkeltraject is een samenhangend proces tussen deelnemer, Buurtcirkelcoach, vrijwilliger en de groep waarbij de regie zoveel mogelijk bij de deelnemers zelf wordt gelaten.

Materiaal

Ter ondersteuning van de implementatie van Buurtcirkel is beschikbaar; een handboek en een implementatietoolkit. Daarnaast krijgen Buurtcirkelcoaches een trainingswerkboek en een methodiekenboek. Om de kwaliteit te waarborgen, volgen de projectleider en Buurtcirkelcoach verplichte training(en) en krijgen advies en ondersteuning bij de uitvoering.

Onderzoek

Het onderzoek naar Buurtcirkel (Weltevrede A. , van den Heerik, Wolff, de Boom, & Seidler, 2017) toont positieve resultaten en geeft concrete aanbevelingen en aandachtspunten: er is veel waardering voor het contact met anderen, wat vervolgens van grote invloed is op hun zelfvertrouwen en waardoor deelnemers zich gelukkiger voelen. Bovendien zijn deelnemers zich meer bewust van hun talenten en weten deze beter in te zetten om bijvoorbeeld anderen te helpen. Aandachtspunten zijn o.a. het werven van deelnemers en het opbouwen van netwerkcontacten door deelnemers in de buurt.

1. Uitgebreide beschrijving

Voor de leesbaarheid spreken we over *hij, hem en zijn* in dit rapport. Hier wordt ook *zij en haar* bedoeld.

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep

Het programma Buurtcirkel¹ is bedoeld voor mensen in een kwetsbare positie die nog niet in staat zijn om zonder professionele en/of informele ondersteuning zelfstandig te (blijven) leven in de buurt. De kwetsbaarheid kan van psychische, cognitieve en/of van sociale aard zijn. Het gaat bijvoorbeeld om mensen met een (lichte) verstandelijke of fysieke² beperking, mensen met psychische problematiek en/of met een verslavingsachtergrond. Zij kunnen sociaal geïsoleerd zijn of dreigen dat te worden.

NB: De doelgroep van Buurtcirkel is breed en divers. Deze heterogeniteit is een bewuste keuze: in de verschillen tussen mensen schuilt ook de kracht van Buurtcirkel. Mensen vullen elkaar goed aan omdat ze andere kwetsbaarheden en talenten hebben. De behoeften van de deelnemers (op hoofdlijnen) blijken in praktijk wel universeel, ondanks de verschillen in beperking. Deelnemers willen verbinding voelen, meedoen, samen ontwikkelen en met elkaar optrekken.

Selectie van doelgroepen

De deelnemer wordt op de volgende criteria geselecteerd:

- Woont zelfstandig of heeft de intentie om zelfstandig te gaan wonen
- Heeft een of meerdere hulpvragen
- Heeft beperkte sociale competenties en/of sociaal zelfvertrouwen. Dit uit zich in het minder deelnemen aan sociale activiteiten, minder goed met anderen omgaan en beperkte sociale vaardigheden hebben
- Is gemotiveerd om actief bij te dragen aan Buurtcirkel. Dit betekent: aan zijn mede groepsdeelnemers ondersteuning te bieden en aan hen en anderen voor zijn eigen hulpvragen ondersteuning te vragen
- Is bereid om met de groep activiteiten uit te voeren
- Heeft niet altijd goed zicht op eigen mogelijkheden en beperkingen
- Woont bij de andere deelnemers in de buurt. De afstanden kunnen variëren, afhankelijk van de lokale situatie, maar wenselijk is maximaal 20-30 minuten reisafstand (lopen, fiets, OV) vanaf een centraal punt

De groep wordt niet samengesteld op beperking, de kracht zit in de diversiteit van de deelnemers. Hierdoor vullen ze elkaar aan in vaardigheden en halen ze kracht uit de groep.

Contra-indicaties³ zijn:

- Gebrek aan motivatie om in groepsverband en in wederkerigheid met andere groepsleden te werken aan hulpvragen
- Onvoldoende zelfstandig om zonder begeleiding naar bijeenkomsten te komen
- Een actieve drugs- /alcohol verslaving die de omgang belemmert

¹ Buurtcirkel ® is als merknaam geregistreerd door Pameijer.

² In de praktijk zien we een fysieke beperking niet terug onder de deelnemers van Buurtcirkel.

³ Een tijdelijke opname vanwege een crisis is geen contra-indicatie. Na terugkeer wordt de deelname voortgezet.

- (Ernstige) gedragsproblemen die het houden aan (groep)afspraken en de benodigde commitment voor deelname belemmeren
- Jonger dan 18 jaar

De Buurtcirkelcoach toetst de toelatingscriteria en contra-indicaties bij intake.

Betrokkenheid doelgroep

Pameijer kwam in 2013 in aanraking met de organisatie Keyring (KeyRing, 2020) uit Groot Brittannië. Deze organisatie is in 2013 en 2014 enkele malen door zowel directie als medewerkers en deelnemers (cliënten) van Pameijer bezocht.

Keyring liet zien dat mensen zelf tot veel in staat zijn en dat ze, door het bieden van wederzijdse steun, met elkaar erin slaagden om een grotere kwaliteit van leven te bereiken. Wat eraan ontbrak was een focus op ontwikkeling en op onafhankelijkheid van zorg. Het concept van Keyring is vervolgens verbonden met het ontwikkelperspectief van o.a. de empowermentbenadering (zie H3.4 *Verantwoording*) en zo tot een nieuw programma ontwikkeld: Buurtcirkel. De eerste Buurtcirkels fungeerden daarbij zelf als dagelijkse ontwikkelpraktijk. Medewerkers en deelnemers van de eerste Buurtcirkels vormden werkgroepen die in een projectstructuur regelmatig samen kwamen. In werksessies met betrokkenen en belanghebbenden werden diverse onderwerpen besproken en kwamen er thema's naar voren. In de werkgroepen werden deze thema's uitgediept, uitgewerkt en werd de praktijk voortdurend geëvalueerd en bijgesteld. Als onderdeel van het project waren deelnemers op deze manier volwaardig medeontwikkelaar en ontwerper.

1.2 Doel

Hoofddoel

Deelnemers maken een ontwikkeling door waarna ze zelfstandiger door het leven kunnen gaan. Door te leren van en met elkaar doen zij (sociale) vaardigheden op, vergroten zij hun sociale netwerk (in de directe omgeving), herwinnen aan eigen regie en zijn minder afhankelijk van professionele en/of informele ondersteuning.

Subdoelen

- Deelnemers leren op wederkerige wijze kwetsbaarheden, ervaringen en talenten te delen met elkaar.
- Deelnemers doen zelfvertrouwen op en krijgen zicht op eigen kracht, dat helpt hen om vervolgstappen in hun ontwikkeling te zetten.
- Deelnemers vergroten en versterken hun sociale vaardigheden door contacten (in de directe omgeving) aan te gaan en te onderhouden.
- Deelnemers vergroten hun praktische vaardigheden om zelfstandig problemen en hulpvragen op te lossen.
- Deelnemers zijn in staat om hulp te vragen en te bieden.
- Deelnemers maken gebruik van de mogelijkheden in de wijk en dragen actief bij.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie

Buurtcirkel is een interventie die is gericht op het ontwikkelproces van de individuele deelnemer. Hij doorloopt het deelnemersprogramma in een groep met ondersteuning van de Buurtcirkelcoach en de vrijwilliger (zie H1.3 *Inhoud van de interventie*). Een Buurtcirkel bestaat uit een groep van 9-12 deelnemers die wekelijks bij elkaar komt. De bijeenkomsten duren twee tot drie uur. De deelnemers bepalen met elkaar

de gespreksonderwerpen en/of activiteiten. De frequentie van de individuele ondersteuning verschilt per deelnemer en per fase.

Het Buurtcirkelprogramma kent per individu drie fasen (zie figuur 1 voor een uitgebreide uitwerking van het programma):

- Voorfase: oriëntatie en instroom. Bij de voorfase bespreekt een potentiële deelnemer zijn hulpvraag(en) en doelen met de Buurtcirkelcoach. Daarnaast stemt de coach met de deelnemer af wanneer en hoe vaak individuele ondersteuning nodig is tijdens de kernfase. De frequentie van de individuele ondersteuning verschilt dus per deelnemer.
- Kernfase: met vijf processtappen. Deze stappen lopen in elkaar over en verlopen niet noodzakelijk in chronologische volgorde. Zie H1.3 *Inhoud van de interventie*. Uitkomsten van het jaarlijkse deelnemersonderzoek (zie H2.4 *Kwaliteitsbewaking*) kunnen worden ingebracht bij de individuele coaching. De keuze tot inbreng ligt bij de deelnemer. Met de uitkomsten kunnen coach en deelnemer de doelen bespreken en bespreken of de ontwikkeling van de deelnemer op koers ligt of dat er moet worden bijgesteld.
- Uitstroom: een deelnemer stroomt uit wanneer hij het hoofdoel heeft bereikt. Bij uitstroom vindt een evaluatie plaats tussen coach en deelnemer.

Inhoud van de interventie

De Buurtcirkelcoach heeft een taak om, eventueel samen met de vrijwilliger, deelnemers te werven voor Buurtcirkel. Dit doet hij door Buurtcirkel middels informatiebijeenkomsten en flyers onder de aandacht te brengen in de wijk. De Buurtcirkelcoach is in dezen een netwerker die contacten legt en aangaat met organisaties in de wijk die als verwijzer voor potentiële deelnemers zouden kunnen fungeren.

Een Buurtcirkel kan starten met minimaal vijf deelnemers. Er is dan voldoende basis voor een netwerk met cohesie en wederkerigheid. Meer dan 12 deelnemers is niet wenselijk omdat de deelnemers dan de ruimte kunnen krijgen zich in anonimiteit terug te trekken.

Zoals benoemd in de vorige paragraaf, doorloopt een Buurtcirkel deelnemer de volgende fasen: voorfase, kernfase en uitstroom (figuur 1). In de praktijk doorlopen deelnemers deze fasen niet synchroon, maar verschilt de voortgang per deelnemer. Dit komt omdat deelnemers niet altijd tegelijkertijd instromen en iedere deelnemer zijn eigen ontwikkeltempo heeft. De stappen in de kernfase worden niet noodzakelijk chronologisch doorlopen, maar alle stappen komen in deze fase wel aan bod.



Figuur 1 - Overzicht van de uitwerking van het Buurtcirkelprogramma. De interventie bestaat uit drie fases, waarbij de kernfase is onderverdeeld in vijf stappen. Per fase worden er verschillende activiteiten uitgevoerd: de activiteiten boven de gestippelde lijn zijn essentieel. Daarnaast worden er effecten behaald: voorfase: besluit tot deelname, kernfase: behalen van de subdoelen, uitstroom: het hoofddoel is bereikt.

A. Voorfase: oriëntatie en instroom

In deze fase maakt de toekomstige deelnemer kennis met Buurtcirkel door een aantal keren deel te nemen aan een groepsbijeenkomst of een activiteit. Reeds participerende deelnemers verzorgen hierin een 'welkomtraject'. Ook voert hij een aantal gesprekken met de Buurtcirkelcoach: een oriëntatiegesprek en een kennismakingsgesprek. De gesprekken gaan onder meer over wederzijdse verwachtingen, het verschil met reguliere ondersteuning en over wat iemand met Buurtcirkel wil bereiken. Waar mogelijk sluit daarbij iemand uit het persoonlijke en/of professionele netwerk van de kandidaat aan.

Voor elke toekomstige deelnemer is dit voortraject maatwerk; de volgorde en het tempo kunnen variëren. De laatste formele stap in deze voorfase is het commitmentgesprek tussen buurtcirkelcoach en kandidaat-deelnemer. Indien iemand als deelnemer wil aansluiten, spreekt hij zijn commitment uit.

Vervolgens onderzoekt de groep of er een match is. De coach ondersteunt de groep in dit proces, maar de regie wordt zoveel mogelijk bij de deelnemers gelaten. Doel van dit proces is dat de groep ook actief commitment ten opzichte van de nieuwe deelnemer uitspreekt. Dat bevordert een goede basis voor onderlinge steun. In nagenoeg alle gevallen is de groep – door het zorgvuldige voortraject - positief over de match. Wanneer dit niet zo is voert de buurtcirkelcoach met de afgewezen kandidaat (en zijn netwerk) een nazorggesprek waarin ook alternatieven worden verkend.

Aan het eind van de voorfase vindt de instroom plaats, op een gezamenlijk afgesproken datum. De nieuwe deelnemer maakt afspraken met de groep, de vrijwilliger en de coach. Ook is er aandacht voor een overdracht van eventuele huidige ondersteuning, vanuit het persoonlijk of professionele netwerk.

B. Kernfase

De kernfase bestaat uit vijf stappen (figuur 1). Deze stappen zijn afzonderlijk benoemd, maar lopen in elkaar over en verlopen niet altijd in de genoemde chronologische volgorde. Het kan bijvoorbeeld dat iemand door het doen van vrijwilligerswerk (stap 4) weer een nieuw talent ontdekt (stap 2). De ontwikkeling van de deelnemer in de kernfase hangt af van de individuele ontwikkelbehoefte en de al aanwezige talenten en vaardigheden, de volgorde in de stappen verschilt daarom per deelnemer.

Hieronder staan alle stappen beschreven, inclusief de minimaal uit te voeren onderdelen.

Stap 1: Ervaringen delen

Voor nieuwe deelnemers is het eerste streven van de kernfase om vertrouwen te ontwikkelen in en met de groep. Door de andere leden van de groep te leren kennen, zodat de omgeving vertrouwd raakt, zullen zij zich eerder comfortabel genoeg voelen om persoonlijke ervaringen te delen en vragen te stellen. De verhalen en ontwikkelprocessen van deelnemers die al langer meedraaien, zorgen voor herkenning, "lotgenoten", en het in perspectief plaatsen van de eigen ervaringen. Dit zorgt voor een steunende dynamiek die motiverend werkt voor deelnemers.

Stap 2: Talenten ontdekken en vaardigheden opdoen

In stap 2 ligt de focus op het ontwikkelen van zelfvertrouwen. Buurtcirkel hanteert het uitgangspunt dat zelfvertrouwen groeit door te beginnen bij wat je kunt. Deelnemers worden gestimuleerd om hun talenten en interesses te gaan onderzoeken. Een belangrijke stap hierin is om na te gaan wat iemand leuk vindt, waar interesses liggen en waar iemand goed in is: kan iemand goed klussen of houdt iemand erg van wandelen. Tevens dienen talenten van andere deelnemers als voorbeeld en verdere groei. Door bezig te zijn met hun talenten, leren deelnemers deze (beter) te gebruiken en bovendien wat ze niet goed kunnen en daardoor aan anderen kunnen vragen (sluit aan bij Stap 3). Kortom, door de bewustwording en het opdoen van sociale en praktische vaardigheden, groeit het zelfvertrouwen waardoor zij stappen zetten om zichzelf beter te leren redden.

Stap 3: Hulp vragen en hulp bieden: het ontstaan van wederkerigheid

Een belangrijk onderdeel van Buurtcirkel is wederkerigheid. Nadat deelnemers in de vorige stap inzicht hebben opgedaan in hun talenten en vaardigheden, is de essentie van stap 3 om te leren hulp te vragen aan andere deelnemers van Buurtcirkel, niet aan de Buurtcirkelcoach. De ervaring leert dat deelnemers hier vaak moeite mee hebben. Daarentegen stellen ze zich open om aan andere deelnemers hulp te bieden op zaken waar ze goed in zijn. Voor nieuwe deelnemers is het belangrijk dat zij direct deelnemen in dit proces. De 'oudere' deelnemers kunnen laagdrempelige taken bedenken, bijvoorbeeld iemand meevragen met boodschappen doen of de hond uitlaten. Deelnemers die voorheen het gevoel hadden weinig te kunnen geven, ervaren nu dat zij nodig en gewenst zijn. Zij komen nu in een opwaartse spiraal van durven en inzetten van talenten wat weer bijdraagt aan eigen regie en zelfstandigheid. Een bijkomend proces is dat deelnemers leren op welke wijze je iemand kunt helpen/steunen: praktisch, emotioneel maar ook "vanzelfsprekende steun": het gevoel dat je kunt ervaren wanneer je gezellig bij elkaar bent.

Hierbij spelen ook co-learning en peer support een rol: we zien bij Buurtcirkel dat waar peer support is, co-learning ontstaat. Ter illustratie: een aantal deelnemers gaat vaak met elkaar wandelen op initiatief van de kartrekker in de groep. Op een gegeven moment, toen de kartrekker een keer niet kon, besloten de deelnemers toch te gaan wandelen met elkaar

Stap 4: Sociale waardering buiten Buurtcirkel

Door ervaringen te delen, talenten te ontdekken en te oefenen met het inzetten van die talenten binnen Buurtcirkel, ontwikkelt de deelnemer zelfvertrouwen om talenten en vaardigheden ook buiten de groep in te zetten. Het moment waarop een deelnemer deze stap zet kan per persoon anders zijn. Dat heeft ermee te maken dat de persoonlijke behoefte, vaardigheden en de eerdere ervaringen van mens tot mens verschillen. Ook is het ontwikkelproces en de leerstijl van voorkeur van iedere deelnemer uniek. Waar sommigen eerst of meteen iets in de buurt willen doen en daarna reflecteren, is voor anderen juist de reflectie / het oefenen in de veilige setting van Buurtcirkel een voorwaarde om de stap naar buiten te kunnen of durven zetten.

Bij deze vierde stap ligt de focus op het opdoen van ervaringen buiten Buurtcirkel en daarmee werken aan sociaal gewaardeerde rollen buiten de groep.

Deze stap wordt o.a. gezet door:

1. Deelname aan activiteiten in de buurt; denk hierbij aan lid worden van een vereniging of wekelijks meedoen met het gymnastiekuurtje in het buurthuis;
2. Het leveren van een actieve bijdrage in de buurt; voorbeelden hiervan zijn: de hond van de burens uitlaten, een boodschap voor een oudere in de straat doen of vrijwilligersactiviteiten bij evenementen in de buurt.

De vrijwilliger, al dan niet in samenwerking met de Buurtcirkelcoach, heeft een belangrijke rol ten aanzien van deze stap. De vrijwilliger brengt de verbinding tussen Buurtcirkel en de wijk tot stand. Hij benut daarvoor de contacten die hij of de Buurtcirkelcoach al heeft gelegd met organisaties in de wijk en heeft oog voor nieuwe mogelijkheden en kansen (Zie 3.4 Verantwoording – onder andere kwartiermaken). Hij ondersteunt en stimuleert waar nodig de Buurtcirkel als groep of de deelnemer individueel in het zetten van deze stap. Het verloop van mee doen in de wijk wordt regelmatig geëvalueerd tijdens de Buurtcirkel bijeenkomsten. Er wordt, waar nodig, ondersteuning geboden bij het wegnemen van eventuele drempels en blokkades.

Stap 5: Verdere verzelfstandiging

Deelnemers zijn in het proces aan het nadenken en in gesprek over thema's op het gebied van wonen, leven en gezondheid, omgaan met beperkt inkomen, contacten en relaties. Voor verdere zelfstandigheid is zelfvertrouwen een voorwaarde om er ook daadwerkelijk actief mee aan de slag te gaan. Het toegenomen zelfvertrouwen sterkt deelnemers om verdergaande doelen naar zelfstandigheid te formuleren en te concretiseren. Deze processtap eindigt als de deelnemer zich comfortabel genoeg voelt om zelfstandiger verder te gaan zonder de steun van Buurtcirkel.

C. Uitstroom

Uitstroom gebeurt wanneer de deelnemer bij zichzelf constateert dat hij het hoofddoel heeft bereikt: hij is zelfstandiger, wat inhoudt dat hij meer eigen regie kan nemen, een sociaal netwerk heeft en minder afhankelijk is van professionele ondersteuning. Het is tijd om afscheid te nemen van de Buurtcirkel en begeleiding van de coach. De deelnemer gaat verder met steun vanuit zijn opgebouwde netwerk. Dit kunnen deelnemers van de Buurtcirkel zijn maar ook mensen van buiten de Buurtcirkel die tot zijn netwerk zijn gaan behoren. Ter afsluiting van deze fase vindt een evaluatiegesprek plaats tussen de deelnemer en de Buurtcirkelcoach.

Het komt ook voor dat deelnemers tussentijds vertrekken. Bijvoorbeeld omdat Buurtcirkel niet aansluit bij de benodigde hulpvraag of als iemand het groepsproces ernstig verstoort. Als het bespreken van de "mismatch" niet tot een oplossing leidt, kunnen deelnemers in overleg met de Buurtcirkelcoach tot de conclusie komen dat de deelname wordt stopgezet. De coach probeert vervolgens - binnen zijn mogelijkheden - de deelnemer te begeleiden naar alternatieve ondersteuning.

Rollen in de Buurtcirkel

Zoals benoemd heeft Buurtcirkel een drietal belangrijke actoren die de ontwikkeling van de individuele deelnemer ondersteunen: de Buurtcirkelcoach, de vrijwilliger en de groep/groepsbijeenkomsten. Hieronder wordt beschreven hoe zij bijdragen aan deze ontwikkeling.

Buurtcirkelcoach

De Buurtcirkelcoach is als procesbegeleider verantwoordelijk voor de interventies binnen de individuele begeleiding en de groepsbijeenkomsten. Hij gaat op een eclectisch integratieve manier te werk waarmee op basis van de situatie en persoon een inschatting en interventie verricht wordt. De coach baseert zijn handelen op het gedachtegoed en de visie van Buurtcirkel: deelnemers zoveel mogelijk zelf de regie te laten

nemen. Hoofdstuk 3.4 *Verantwoording* geeft een uitgebreide beschrijving van de theorie die ten grondslag ligt aan Buurtcirkel en de daaruit voortkomende werkwijze⁴.

Individuele begeleiding

Iedere deelnemer maakt met de coach een ontwikkelplan dat gedurende het hele traject wordt besproken, geëvalueerd en bijgesteld. Daarnaast kunnen de uitkomsten van het jaarlijkse deelnemersonderzoek worden gebruikt om enerzijds het ontwikkelplan van de deelnemer te evalueren, aan te scherpen en/of aan te vullen en anderzijds te reflecteren op de krachtbronnen van een deelnemer. De coach laat de regie over de stappen en het tempo bij de deelnemer, maar oefent de activiteiten die tijdens bovengenoemde stappen aan bod komen met de deelnemer als deze als lastig en/of spannend worden ervaren. Ook ondersteunt hij in de inbreng tijdens groepsbijeenkomsten.

Daarnaast komt het regelmatig voor dat deelnemers een externe begeleider hebben, bijvoorbeeld een ambulante (woon)begeleider. Afstemming met elkaar is essentieel zodat er vanuit dezelfde benadering wordt gewerkt.

Groepsbegeleiding

De Buurtcirkelcoach ondersteunt de groep bij het groepsvormingsproces en de interactie van individueel leren en groepsleren. Hij brengt verschillende thema's⁵ in die naar zijn professionele inzicht van belang zijn voor de verdere ontwikkeling van deelnemers en de groep. Ter illustratie: het thema "Mijn positieve gezondheid" (Handboek H6.5) stimuleert deelnemers om na te denken over hun gezondheid en welbevinden zodat zij dit daarna met elkaar kunnen bespreken. Vragen als "wat vind je belangrijk?" en "wat zou je er aan willen doen?" stimuleren deelnemers om samen te bedenken wat daarin steunend kan zijn.

De coach werkt vanaf het begin met de groep aan de ontwikkeling van zelfstandigheid door het initiatief zoveel mogelijk bij de deelnemers te laten. Dit proces wordt regelmatig met de groep geëvalueerd en verbeterd.

⁴ Ter illustratie: empowermentbenadering, HOZ,OGW, rehabilitatie, oplossingsgericht werken, positieve psychologie, enz.

⁵ Het gehele overzicht is te vinden in H6 van het Handboek "Buurtcirkel voor elkaar"

Vrijwilliger

De vrijwilliger ondersteunt het groepsproces, onder andere door onderlinge verbindingen te leggen tussen deelnemers. Hij heeft een toegankelijke en laagdrempelige rol door te fungeren als goede buur. De vrijwilliger gaat een wederkerige, persoonlijke relatie aan met de deelnemers. Hij maakt zichtbaar dat iedereen zo zijn problemen heeft en vertelt hoe hij de dingen aanpakt en oplost. Daarnaast kent hij de buurt goed en laat deelnemers kennis maken met mensen en activiteiten in de buurt.

Concreet betekent dit dat de vrijwilliger onder andere:

- verbindingen tussen deelnemers onderling stimuleert, zodat zij persoonlijke hulpvragen zoveel als mogelijk met elkaar oplossen
- de deelnemers faciliteert in het zo zelfstandig mogelijk ondernemen van groepsbijeenkomsten en activiteiten
- de individuen en de groep ondersteunt bij het ontwikkelen van eigen regie en het maken van gezamenlijke keuzes
- voortdurend contacten legt met voor de Buurtcirkel relevante personen, instellingen of organisaties. Zoals wijkcentra, welzijnsorganisaties, zorgorganisaties, enz.
- op het juiste moment mensen uit het netwerk inschakelt om de Buurtcirkel optimaal te laten functioneren en om doelen te realiseren

De vrijwilliger heeft niet tot taak om individuele, geïndiceerde begeleiding uit te voeren.

De ervaring leert dat de interventie beter tot z'n recht komt bij een Buurtcirkel mét vrijwilliger (zie H4 *Onderzoek*). Indien er geen vrijwilliger is, neemt de coach de taken van de vrijwilliger op zich. Desalniettemin blijft de coach actief zoeken naar een vrijwilliger die deze taken over kan nemen.

Groepsbijeenkomsten

De wekelijkse bijeenkomsten gaan in principe altijd door, ook zonder coach en vrijwilliger. Bij de voorfase en in het begin van de kernfase is er intensieve ondersteuning van de coach en fungeert de coach als kartrekker van de groep. Als een Buurtcirkel langer draait, kan de coach minder frequent aanwezig zijn bij groepsbijeenkomsten.

De vorm van groepsbijeenkomsten kan per Buurtcirkel verschillen, afhankelijk van de groep. De bijeenkomst start met een rondje waarbij iedereen vertelt wat hij in de afgelopen week heeft meegemaakt. De deelnemers stellen zelf onderwerpen voor om te bespreken, bijvoorbeeld bewegen, eigen (persoonlijke) thema's en praktische zaken als "hoe regel je een afspraak bij de gemeente". De Buurtcirkelcoach brengt thema's in en speelt in op gebeurtenissen die er spelen. Daarnaast kunnen er spelletjes worden gespeeld of kan er samen worden gegeten. De groep is verantwoordelijk voor de taakverdeling tijdens groepsbijeenkomsten of activiteiten. Een bijeenkomst wordt afgesloten met afspraken en/of taken voor de volgende keer.

Over het algemeen zal, wanneer de groep en/of de individuele deelnemers wat verder zijn in het proces qua veiligheid en zelfvertrouwen gekeken worden naar de mogelijkheden om aan te sluiten bij activiteiten en/of zelf een bijdrage te leveren in de wijk. Omgedraaid kan het dan ook zo zijn dat deelnemers het initiatief nemen om zelf activiteiten te ontplooiën en ondernemen met mensen uit de wijk. De Buurtcirkelcoach en de vrijwilliger spelen hierin desgewenst een aanjagende, ondersteunende rol.

Daarnaast maken deelnemers met elkaar afspraken over hoe ze met elkaar omgaan, over afmelden als je niet komt, betrouwbaarheid over wat verteld wordt en andere zaken die ze van belang vinden. Als leden zich niet houden aan afspraken, spreken ze elkaar daarop aan of brengt de coach het in de vorm van een thema in.

2. Uitvoering

2.1 Materialen

Om te starten met Buurtcirkel is een projectleider nodig. De projectleider volgt een verplichte training, de kennisoverdracht, vanuit Pameijer. De Buurtcirkelcoach volgt de vijfdaagse training “Aan de slag als Buurtcirkelcoach” (zie H2.3 *Opleiding en competenties van de uitvoerders*).

De projectleider en Buurtcirkelcoach worden ondersteund met onderstaande documenten:

- Handboek “Buurtcirkel voor elkaar”, ontwikkeld ter ondersteuning van de start van een Buurtcirkel met een beschrijving van de achtergrond en werkwijze. Het handboek bevat o.a. de volgende onderdelen:
 - Voorbereiding om van start te gaan met een Buurtcirkel
 - Een beschrijving van de methodiek(en) met opname van een variëteit aan werkvormen en hulpmiddelen ter ondersteuning van de Buurtcirkelcoach
 - Een beschrijving van de jaarlijkse monitoring
 - Functieprofielen voor projectleider, Buurtcirkelcoach en vrijwilliger
 - Opzet vijfdaagse training voor Buurtcirkelcoaches: “Aan de slag als Buurtcirkelcoach”
 - Opzet kennisoverdracht projectleiders
- Boek “Werken aan kwaliteit van bestaan” (van Vulpen & Verdoorn, 2011). Bevat 12 bouwstenen voor persoonsgerichte ondersteuning. De bouwstenen sluiten aan bij het gedachtegoed en de visie van Buurtcirkel en vormen de “gereedschapskoffer” voor de Buurtcirkelcoach.
- Document “programma, projectplan en implementatietoolkit”. De projectleider gebruikt dit document ter voorbereiding op de strategie en implementatie van Buurtcirkel. Bevat tevens een handleiding voor risicoanalyse dat tijdens de training voor projectleiders wordt behandeld.
- Trainingswerkboek “Training Buurtcirkelcoach” voor tijdens de trainingen van de Buurtcirkelcoach. Het werkboek bevat lesstof en opdrachten gericht op het werk als Buurtcirkelcoach

Op een digitaal platform kunnen projectleiders en Buurtcirkelcoaches elkaar vinden en wisselen ervaringen uit. Ook zijn hier alle bovengenoemde documenten te vinden.

Voor de werving van deelnemers heeft Buurtcirkel:

- Website: www.buurtcirkel.nl
- Promotie toolkit: folder, flyers en een promotiefilm (te vinden op de website)

2.2 Locatie en type organisatie

Buurtcirkel kan worden uitgevoerd door organisaties en/of samenwerkingsverbanden die zich bezighouden met ondersteuning aan kwetsbare burgers. Essentieel hierin is dat deze organisaties het hoofddoel van Buurtcirkel - het vergroten van zelfstandigheid - onderschrijven.

Het andere uitgangspunt is dat de uitvoering zoveel mogelijk in de wijk plaatsvindt. Deelnemers worden actief betrokken bij de keuze van een groepslocatie. Essentieel hierin is dat deze locatie stimulerend werkt voor de doelen van de deelnemers. Dit betekent dat de locatie elke plek kan zijn, zolang deelnemers zich zodanig op hun gemak voelen dat zij gestimuleerd worden om daadwerkelijk bezig te zijn met de doelen van Buurtcirkel. Indien dit niet wordt gewaarborgd, is dit aan de coach om bespreekbaar te maken zodat een passender locatie kan worden gezocht die wel de ruimte hiervoor biedt. Individuele ondersteuning vindt voornamelijk plaats bij de deelnemer thuis.

Tot slot is de locatie bij voorkeur kosteloos. Meestal is hier weinig of geen budget voor. In de praktijk is dit nagenoeg nooit een probleem. Deelnemers vinden vaak zelf een locatie of stellen hun eigen woonkamer

beschikbaar. In een uiterst geval faciliteert en/of financiert de organisatie die Buurtcirkel uitvoert of is een ketenpartner bereid om hier iets in te betekenen.

2.3 Opleiding en competenties van de uitvoerders

De projectleider, Buurtcirkelcoach en vrijwilliger leveren ieder een specifieke bijdrage aan Buurtcirkel. Hieronder wordt dit per uitvoerder verder toegelicht. In het handboek staan alle activiteiten en competenties beschreven (zie Handboek H9.2 - 9.4).

Projectleider

De projectleider is verantwoordelijk voor de voorbereiding en uitvoering van de organisatorische kant van Buurtcirkel.

Benodigde functie-eisen en competenties:

- Relevant hbo diploma⁶ aangevuld met brede kennis van en ervaring met projectmatig werken
- proactief en doortastend
- innovatieve en creatieve bijdrage voor de verdere ontwikkeling van (het concept van) Buurtcirkel
- goed kunnen netwerken met partners en vertegenwoordigers van organisaties
- zelfstandig, gestructureerd en planmatig werken

Verder biedt Pameijer aan de projectleider:

- een verplichte training van een dag over de principes van Buurtcirkel en het opstellen van een implementatieplan met een bijbehorende risicoanalyse.
- advies en ondersteuning bij de uitvoering
- jaarlijks twee bijeenkomsten waar alle projectleiders bijeenkomen om kennis te delen en ontwikkel- en uitvoeringsvraagstukken te bespreken.

Buurtcirkelcoach

De Buurtcirkelcoach is verantwoordelijk voor de uitvoering van de interventie. De coach faciliteert het ontwikkelproces van de deelnemers en de groep.

Benodigde functie-eisen en competenties:

- Relevant mbo4+/hbo diploma⁷, aangevuld met brede kennis van en ervaring met de doelgroep
- brede expertise en kennis van de benodigde theorieën en methodieken (zie H3.4 *Verantwoording*)
- empathisch (inleving)vermogen om te kunnen verbinden en motiveren, zowel op individueel als groepsniveau, bij het ondersteunen en coachen van deelnemers en vrijwilligers
- zelfstandigheid voor het ontwikkelen van de Buurtcirkel en het formuleren en realiseren van de doelen
- ontwikkelen, onderhouden en benutten van relaties binnen en buiten de organisatie
- netwerken: werven van nieuwe deelnemers

De Buurtcirkelcoach volgt gedurende 3 maanden een verplichte training van vijf dagen. De Buurtcirkelcoach is dan al in dienst in deze functie. In de bijlagen staat een globale overview op de inhoud en doelen van deze training. Alle coaches sluiten de training af met een persoonlijke presentatie. Daarin laat de coach aan de trainers en de andere coaches zien in hoeverre hij zich de mindset van Buurtcirkel eigen heeft gemaakt. Bij twijfel aan het behaalde resultaat wordt dit door de trainers bespreekbaar gemaakt met de persoon en is er in de individuele coaching na afloop aandacht voor de leerpunten. Na afronding ontvangt de Buurtcirkelcoach een certificaat.

Verder krijgt de Buurtcirkelcoach individuele coaching vanuit Pameijer gedurende de tijd dat de coach werkzaam is. Daarnaast worden er intervisies georganiseerd (maandelijks) en is er jaarlijks minimaal een

⁶ Bij voorkeur in het sociaal domein; Social Work en/of projectmanagement

⁷ Bij voorkeur in het sociaal domein; Social Work

terugkomdag voor alle coaches. Tijdens iedere bijeenkomst reflecteren de coaches op de toepassing van de methodieken.

Vrijwilliger

Benodigde competenties:

- betrokken: de vrijwilliger staat het meest dichtbij de deelnemers en is daardoor een toegankelijk aanspreekpunt. De deelnemers moeten kunnen rekenen op de vrijwilliger. Gelijkwaardigheid, zelfregie en inclusie van deelnemers staat voorop in het handelen.
- netwerken: contacten leggen voor de deelnemers en/of voor de Buurtcirkel met relevante personen of organisaties
- verbinder met en tussen deelnemers, het (eigen) netwerk in de wijk en de Buurtcirkelcoach

2.4 Kwaliteitsbewaking

Bij Buurtcirkel is er ruimte om te leren, zowel voor de deelnemers als voor de organisatie. Door jaarlijks te monitoren, blijft Buurtcirkel voortdurend leren en verbeteren.

De monitor meet of:

- Deelname bijdraagt aan de hoofd- en subdoelen van Buurtcirkel
- Deelnemers tevreden zijn over Buurtcirkel
- Buurtcirkel conform het model wordt uitgevoerd

Monitoren van de kwaliteit van Buurtcirkel

Om de kwaliteit van Buurtcirkel te monitoren en te blijven verbeteren, wordt jaarlijks een meting uitgevoerd onder deelnemers, vrijwilligers en Buurtcirkelcoaches. De vragenlijst die hiervoor wordt gebruikt is gebaseerd op het instrument de Menselijke Maat van bureau Insights Zorg. De vragenlijst de Menselijke Maat (Westerhof & Francissen, 2013; Francissen, 2016) is o.a. gebaseerd op de Zelfdeterminatietheorie (Deci & Ryan, 1985). Dit bestaande instrument is wetenschappelijk gevalideerd en meet drie constructen, namelijk: autonomie, competentie en verbondenheid. Deze constructen zijn opgebouwd uit diverse items die een goed beeld geven van de mate waarin de gestelde subdoelen van Buurtcirkel worden behaald.

Autonomie wordt gemeten door te vragen naar (5 items, gerelateerd aan subdoelen 1 en 2):

Mate van zelfvertrouwen, durf om je mening te geven, durf om voor jezelf te kiezen, mate van gehoord en gesteund voelen, en het aangeven van grenzen.

Competenties worden gemeten door te vragen naar (5 items, gerelateerd aan subdoelen 3 en 4):

Mate van zicht op talenten en vaardigheden, Aandacht voor wat je wilt leren, mate van nieuwe dingen doen.

Verbondenheid (12 items, gerelateerd aan subdoelen 5 en 6):

Meedoen in de buurt, hulp vragen aan anderen, contact met andere mensen, gevoel ergens bij te horen, hulp bieden.

De vragenlijst is daarnaast aangevuld met een aantal Buurtcirkel specifieke vragen:

- Ingeschatte afname van professionele ondersteuning (schatting door deelnemer en Buurtcirkelcoach)
- Onderdelen van het modelgetrouw uitvoeren van Buurtcirkel (bijvoorbeeld: wordt eerst gekeken naar wat je zelf kan of samen met anderen, voordat er professionele hulp geboden wordt)

De meting met dit instrument is anoniem.

Rapportage en jaargesprek

De meting levert een rapportage (factsheet) op per Buurtcirkel, een rapportage op organisatieniveau en op landelijk niveau. De rapportage(s) worden in een jaargesprek besproken met een vertegenwoordiging van de

direct betrokkenen van een organisatie, onder andere de Buurtcirkelcoaches, vrijwilligers, deelnemers en eventueel de projectleider. Het jaargesprek is gericht op leren en verbeteren op basis van de input vanuit deelnemers, vrijwilligers en Buurtcirkelcoaches.

Het landelijk jaarverslag Buurtcirkel

Het jaarverslag is een weergave van de landelijke uitkomsten en de jaargesprekken ineen. Deze geeft inzicht in de landelijke tevredenheid van deelnemers, de ontwikkeling van deelnemers, de uitvoering van Buurtcirkel, wat er goed gaat en wat beter kan. Dit draagt bij aan de landelijke ontwikkeling van Buurtcirkel als interventie. Het verslag wordt gepresenteerd en uitgereikt op het jaarlijkse Buurtcirkel Event.

Buurtcirkel Event

Jaarlijks organiseert Pameijer in samenwerking met een uitvoerende organisatie – ieder jaar een andere – het Buurtcirkel Event. Deze dag is bedoeld voor deelnemers en ook zoveel mogelijk ingericht met input van en door deelnemers zelf. Uiteraard zijn alle betrokkenen van Buurtcirkel welkom, onder andere Buurtcirkelcoaches, vrijwilligers en projectleiders. Het event staat in het teken van ontmoeten, verbinden en ervaringen uitwisselen. Ook wordt dan het landelijk jaarverslag Buurtcirkel gepresenteerd en uitgereikt.

De kwaliteit van de uitvoerders wordt gewaarborgd zoals benoemd onder 2.3 Opleiding en competenties van de uitvoerders.

2.5 Randvoorwaarden

Om Buurtcirkel goed te kunnen uitvoeren, zijn de volgende randvoorwaarden van belang:

- Organisaties die met Buurtcirkel aan de slag willen, delen de visie en het gedachtegoed van Buurtcirkel, eveneens benoemd in paragraaf 2.2.
- Organisaties die met Buurtcirkel willen starten, moeten voldoende tijd nemen om de financiering voor het project goed te regelen, voor een periode van drie jaar, zodat de juiste uitvoerders kunnen worden aangesteld (zie paragraaf 2.7)
- Passende omgeving: de fysieke afstand moet niet te groot zijn
- Voldoende deelnemers: minstens vijf, maar bij voorkeur 9-12
- Kosten moeten gedekt kunnen worden

2.6 Implementatie

Er zijn twee processen die parallel lopen: enerzijds het organisatorisch proces, de voorbereiding op het starten van een Buurtcirkel, en anderzijds de interventie zelf (zie H1.3 *Inhoud van de interventie*). In deze paragraaf wordt het organisatorisch proces beschreven.

Per fase van het implementatieplan is aangegeven welke interventies (producten of activiteiten) worden ingezet. De opbouw per fase kenmerkt zich door Plan-Do-Check-Act.

Vorbereidingsfase:

- voorlichting door presentaties op congressen, informatiebijeenkomsten, gesprekken met geïnteresseerde organisaties
- promoteteam bestaande uit deelnemers van Buurtcirkel. Dit team kan opgeroepen worden voor informatiebijeenkomsten en dergelijke.
- vraag naar Buurtcirkel inventariseren
- werven en trainen projectleider en Buurtcirkelcoach
- organiseren Kick-Off (workshop)
- handboek en draaiboek Buurtcirkel

Uitvoeringsfase:

- promotie en werving van deelnemers → *op dit moment start proces 2: de interventie*
- Monitoring
- training, persoonlijke ondersteuning en intervisie voor de coach
- platform waar ten alle tijden vragen kunnen worden gesteld
- jaarevenement voor alle betrokkenen (deelnemers, uitvoerders, organisaties)

Evaluatiefase:

- evalueren van Buurtcirkel met de uitvoerende organisatie (eindrapportage)
- verlenging van Buurtcirkel: ja of nee

2.7 Kosten

Organisaties die Buurtcirkel willen uitvoeren, sluiten, bij voorkeur, een contract af voor drie jaar.

In dit hoofdstuk brengen we de kosten, financieringsscenario's en de eventuele besparingen in kaart.

Buurtcirkel kan als entiteit wordt gefinancierd, bijvoorbeeld door middel van een subsidie van een gemeente. Dit heeft als voordeel dat er geen beschikking vanuit WLZ of WMO van cliënten nodig is om Buurtcirkel te financieren. Hiermee kunnen mensen met een ondersteuningsvraag aan de Buurtcirkel deelnemen zonder individuele indicatie/beschikking. Dit maakt de Buurtcirkel laagdrempelig en toegankelijk en het voordeel is dat zwaardere zorg geheel of gedeeltelijk voorkomen kan worden. Hierbij kun je denken aan problematiek die voortkomt vanuit eenzaamheid.

Er kan ook voor worden gekozen om Buurtcirkel te financieren vanuit de beschikking van deelnemers. In de praktijk zien we ook dat deelnemers naast Buurtcirkel een structureel aantal uren individuele ondersteuning ontvangen op basis van een vastgestelde indicatie met bijbehorende beschikking. Dit kan zowel vanuit WLZ, WMO of anderszins plaatsvinden. Bij deelname aan een Buurtcirkel is de verwachting dat de structurele invulling en uitnutting van het aantal geïndiceerde uren bij de individuele deelnemer in de praktijk vermindert, omdat er in de Buurtcirkel aanpak steeds gezocht wordt naar mogelijkheden om ondersteuningsvragen beantwoord te krijgen in de groepsgerichte aanpak van de Buurtcirkel. De inzet van het aantal geïndiceerde uren vermindert door bovenstaand mechanisme.

Kostenstructuur Buurtcirkel.

De Buurtcirkel heeft een structuur met een opstartjaar (hierin zit het grootste deel van de kosten) en daarna vervolgjaren.

Kosten zijn in kern te verdelen in de volgende onderdelen:

- Uitvoeringskosten Projectleider (tijdelijk) en Buurtcirkelcoach (structureel)
- Vrijwilligersvergoeding
- Kosten (indien dit niet voor niet gedaan kan worden) voor locatie wekelijkse bijeenkomsten
- Facilitering/ondersteuning door Pameijer om het programma uitvoerbaar te maken.

M.b.t. de facilitering en ondersteuning vanuit Pameijer is er een staffel ontwikkeld. Dit maakt de fee in verhouding hoog bij het opstarten en uitvoeren van een enkele Buurtcirkel. Vanaf twee Buurtcirkels worden de kosten verhoudingsgewijs lager. Na een periode van drie jaar is er een model van jaarlijkse verlenging ontwikkeld die qua kosten een stuk lager ligt en met name, naast een contributiebedrag, kosten met zich meebrengt bij afname van bepaalde (optionele) diensten.

Schema 1: In onderstaand overzicht staan de kosten benoemd die horen bij een Buurtcirkel.

Omschrijving	Kosten per Buurtcirkel, opstartjaar 1 (Excl. BTW) Prijspeil 2021	Kosten per Buurtcirkel vervolgjaar 2 en 3 (Excl. BTW) Prijspeil 2021	Kosten per Buurtcirkel verlenging v/a jaar 4 (Excl. BTW) Prijspeil 2021
Loonkosten projectleider. Hoe meer Buurtcirkels hoe minder uren de projectleider in verhouding nodig heeft.	8 uur per week voor 6 maanden of 4 uur per week voor 12 maanden.	In principe enkel wat onderhoudsuren, maar dat zal miniem zijn.	In principe enkel wat onderhoudsuren, maar dat zal miniem zijn.
Loonkosten Buurtcirkelcoach	12 uur per week voor de 1 ^e 6 maanden en daarna 8 uur per week voor de 2 ^e 6 maanden van het opstartjaar	6-8 uur per week	6-8 uur per week
Vergoeding Vrijwilliger <i>NB: Organisatie afhankelijk</i>	6-12 uur per week (max €5 per uur, €170 per maand of €1.800 per jaar)	6-12 uur per week (max €5 per uur, €170 per maand of €1.800 per jaar)	6-12 uur per week (max €5 per uur, €170 per maand of €1.800 per jaar)
Kosten facilitering programma Buurtcirkel door +Vijf Inzet communicatiemiddelen, training, intervisie, coaching, monitoring, kwaliteitsbewaking e.d.)	Bij 1 Buurtcirkel €7.362 Vanaf 2 Buurtcirkels € 4.864	Bij 1 Buurtcirkel €4.207 Vanaf 2 Buurtcirkels € 3.584	Contributie € 1027 en kosten monitoring. Andere kosten enkel bij afname dienst.
Materiële middelen (huur locatie voor wekelijkse bijeenkomsten, telefoon, laptop e.d.) <i>NB: Organisatie afhankelijk</i>	Max € 1.500	Max € 1.500	Max € 1.500
Totale kosten Buurtcirkel (per jaar per Buurtcirkel).	€ 37.500 - € 42.500	€ 25.000-30.000	€ 20.000

Scenario's met bijbehorende kosten en besparingen.

Omschrijving Scenario	Kosten per Buurtcirkel per deelnemer opstartjaar uitgaande van 10 deelnemers	Kosten per Buurtcirkel vervolgjaar 2 en 3 (Excl. BTW)	Kosten per Buurtcirkel verlenging v/a jaar 4 (Excl. BTW) Prijspeil 2021
<p>Stel je hebt 10 deelnemers Buurtcirkel die voordat zij deelnemer werden van de Buurtcirkel gemiddeld een beschikking hadden van 3 uur individuele begeleiding per week en waarbij door deelname Buurtcirkel 5 mensen geen individuele begeleiding meer nodig hebben omdat de deelname aan Buurtcirkel de individuele ondersteuningsvragen voldoende beantwoordt.</p>	<p>3 uur a €50,- (even als rekenvoorbeeld hetzelfde uurtarief gehanteerd als een Buurtcirkelcoach) voor een periode van 45 weken. Maakt € 6.750 x 10 deelnemers maakt € 67500,-.</p> <p>Door de deelname aan Buurtcirkel hebben 5 deelnemers geen individuele begeleiding meer nodig. Dan is de besparing op het maatwerk € 33.750 waardoor je in het opstartjaar dus vrijwel geen extra kosten maakt</p>	<p>Hier wordt het verschil nog duidelijker omdat de kosten van de Buurtcirkel vanaf 2^e jaar substantieel lager liggen. Er gaat dan een besparing ontstaan mits het principe van schuivende panelen wordt toegepast en er geen stapeling van regelingen plaatsvindt.</p> <p>We zien ook dat met name de gestructureerde inzet (wekelijks 1 of meerdere uren) van individuele ondersteuning verschuift naar meer maatwerk dus enkel inzet individuele ondersteuning wanneer dat nodig is. Dus niet meer structureel.</p>	<p>Hier wordt het verschil nog duidelijker omdat de kosten van de Buurtcirkel vanaf 2^e jaar substantieel lager liggen. Er gaat dan een besparing ontstaan mits het principe van schuivende panelen wordt toegepast en er geen stapeling van regelingen plaatsvindt.</p> <p>We zien ook dat met name de gestructureerde inzet (wekelijks 1 of meerdere uren) van individuele ondersteuning verschuift naar meer maatwerk dus enkel inzet individuele ondersteuning wanneer dat nodig is. Dus niet meer structureel.</p>

<p>Stel je hebt 10 deelnemers die voordat zij deelnemer werden van de Buurtcirkel de volgende zorg gebruikten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 deelnemers die nu een Beschermd Wonen WMO-indicatie hebben. • 4 mensen met 2 uur individuele ondersteuning per week. • 2 mensen met 3 uur individuele ondersteuning per week. • 2 mensen die gaan deelnemen als voorkoming instroom zwaardere zorg (preventie). Nu geen gespecialiseerde zorg maar zonder deelname Buurtcirkel waarschijnlijk, op termijn, wel nodig. Buurtcirkel is dan een voorliggende algemene voorziening. 	<p>Kosten voor 2 beschermde woonplekken WMO globaal € 30.000 per woonplek maakt €60.000,-</p> <p>4 mensen a 2 uur per week a € 50,- voor 45 weken maakt €18.000,-</p> <p>2 mensen a 3 uur per week a €50,- voor 45 weken maakt €9.000,-</p> <p>2 mensen die nog geen kosten maken.</p> <p>Totale kosten € 87.000.</p> <p>Door de deelname aan Buurtcirkel vragen de 2 deelnemers Beschermd Wonen nog 4 uur individuele begeleiding. (4*45*50*2=€18.000)</p> <p>2 mensen die 2 uur individuele begeleiding nodig hadden geven aan dat deelname Buurtcirkel voldoende ondersteuning biedt en er geen individueel maatwerk meer nodig is.</p> <p>De 2 mensen die 3 uur per week individuele ondersteuning kregen, geven aan, met de helft toe te kunnen. (1,5*45*50*2=€6.750)</p> <p>De 2 mensen zonder beschikking (voorkoming instroom zwaardere zorgvraag) hebben naast deelname eenmaal per maand een gesprek van 2 uur nodig om voldoende stabiel te blijven. (2*12*50*2=€2.400)</p> <p>Kosten €40.000 (uitvoering Buurtcirkel 1^e jaar gemiddeld) en €27.150 (kosten maatwerk zie bovenstaand) = € 67.150. Dit levert een besparing op van €19.850</p>	<p>Hier wordt het verschil nog duidelijker omdat de kosten van de Buurtcirkel vanaf 2^e jaar substantieel lager liggen. Er gaat dan een besparing ontstaan mits het principe van schuivende panelen wordt toegepast en er geen stapeling van regelingen plaatsvindt.</p> <p>We zien ook dat met name de gestructureerde inzet (wekelijks 1 of meerdere uren) van individuele ondersteuning verschuift naar meer maatwerk dus enkel inzet individuele ondersteuning wanneer dat nodig is. Dus niet meer structureel.</p>	<p>Hier wordt het verschil nog duidelijker omdat de kosten van de Buurtcirkel vanaf 2^e jaar substantieel lager liggen. Er gaat dan een besparing ontstaan mits het principe van schuivende panelen wordt toegepast en er geen stapeling van regelingen plaatsvindt.</p> <p>We zien ook dat met name de gestructureerde inzet (wekelijks 1 of meerdere uren) van individuele ondersteuning verschuift naar meer maatwerk dus enkel inzet individuele ondersteuning wanneer dat nodig is. Dus niet meer structureel.</p>
---	---	---	---

NB: In de scenario's wordt gerekend met een gemiddeld uurtarief van € 50,- voor een Buurtcirkelcoach en € 60,- voor een projectleider. Afhankelijk van de lokale inkoopafspraken kan dat in de praktijk anders zijn.

3. Onderbouwing

3.1 Probleem

Mensen die in een kwetsbare positie verkeren, zijn vaak minder zelfstandig. In deze groep zien we regelmatig dat een robuust en ondersteunend sociaal netwerk ontbreekt (Sok, Royers, & van der Veen, 2013). De groep is divers maar bestaat bijvoorbeeld uit mensen met een (lichte) verstandelijke beperking en/of psychische / psychosociale problematiek. Zij hebben dezelfde wensen en behoeften als mensen om hen heen maar kunnen deze in de praktijk moeilijker realiseren (Couwenbergh & van Weeghel, 2014). Mensen in een kwetsbare positie hebben vaak maar een klein en kwetsbaar netwerk (in de buurt), beschikken over weinig hulpbronnen en participeren in beperkte mate (Gemeente Rotterdam, 2020; Overweg & Michon, 2011; Carr & Waghorn, 2013; Couwenbergh & van Weeghel, 2014; Hoekstra & Reelick, 2012; Hoekstra, de Snoo, & Collard, 2016; Sok, Royers, & van der Veen, 2013).

Dit betekent enerzijds dat zij meer dan gemiddeld risico lopen op sociaal isolement en om langdurige eenzaamheidsgevoelens te ervaren (Cacioppo, Cacioppo, & Boomsma, 2013; Sok, Royers, & van der Veen, 2013; de Vries & van de Maat, 2020). Maar dit betekent ook, dat zij minder de mogelijkheid hebben tot ondersteuning vanuit een netwerk (Sok, Royers, & van der Veen, 2013). In een evaluatieonderzoek onder Wmo-melders⁸ voelt ruim de helft zich eenzaam, ongeacht leeftijd, en voelt één op vijf zich zelfs ernstig eenzaam (Feijten, et al., 2017; Pommer & Boelhouwer, 2017). Hierdoor kunnen zij terecht komen in een neerwaartse spiraal van terugtrekken, ontwikkelen van negatieve denkpatronen, dalen van zelfwaardering, om zich vervolgens steeds verder terug te trekken (Cacioppo, Cacioppo, & Boomsma, 2013; van der Zwet, de Vries, & van de Maat, 2020). Op termijn heeft dit weer invloed op psychische en fysieke klachten (van der Zwet, de Vries, & van de Maat, 2020) en zo blijft de vicieuze cirkel draaiende.

Om uit de neerwaartse spiraal te komen, moet men participeren en sociale relaties uitbreiden en onderhouden. Het aangaan van relaties, participeren in sociale groepen en hebben van een netwerk is namelijk een voorwaarde voor een gelukkig leven (Callis & Redeker, jaartal onbekend; Baumeister, Vohs, Aaker & Garbinsky, 2013; Hoekstra & Collard, 2017). Als mensen zich in de neerwaartse spiraal van eenzaamheid bevinden lukt het echter vaak niet om daar zonder hulp of ondersteuning van buitenaf weer uit te komen (Sok, Royers, & van der Veen, 2013). Buurtcirkel is een laagdrempelige manier om een sociaal netwerk op te bouwen en te oefenen met het aangaan van sociale relaties. Door dat sociale netwerk ervaart men meer plezier, zelfredzaamheid en een gevoel van eigenwaarde (Sok et al, 2013; Peters, 2017), en verminderen klachten als gevolg van psychische aandoeningen (Flores et al., 2018; Van Campen, Vonk & Van Tilburg, 2018).

3.2 Oorzaken

Participeren en het opbouwen van een netwerk kan negatief beïnvloed worden door (interactie van) een drietal factoren: individuele factoren, factoren die spelen in de directe sociale omgeving en maatschappelijke factoren (Hoekstra & Reelick, 2012; Couwenbergh & van Weeghel, 2014).

Individuele factoren

Mensen in een kwetsbare positie kunnen angst en schaamte ervaren in het vragen van informele hulp (Linders, De betekenis van nabijheid: Een onderzoek naar informele zorg in een volksbuurt, 2010; Steyaert & Kwekkeboom, 2012; Gemeente Rotterdam, 2020; Hoekstra, de Snoo, & Collard, 2016). Ook kan dit een bepaalde wederkerigheid vereisen die zij niet durven, willen of kunnen aangaan (Steyaert & Kwekkeboom, 2012). Mensen met een (lichte) verstandelijke beperking hebben bijvoorbeeld vaak problemen in hun sociaal aanpassingsvermogen (de Beer, 2011; Zoon, 2012). Mensen met een psychische aandoening ervaren

⁸ De groep burgers die zich in 2015 bij een gemeente meldde voor maatschappelijke ondersteuning. Deze groep is gebruikt voor het evaluatieonderzoek van Feijten et al (2017).

vergelijkbare beperkingen: specifieke symptomatologie (stemmen, achterdocht), achterblijvende sociaal-cognitieve ontwikkeling, maar ook schaamte kunnen deelname in sociale omgang in de weg staan (van Hoof, van Erp, Boumans, & Muusse, 2014) waardoor zij weinig of geen verbinding zoeken met hun omgeving (Couwenbergh & van Weeghel, 2014).

Door uiteenlopende factoren en tegenslagen hebben mensen in een kwetsbare positie vaak niet de kans gehad om hun leven op te bouwen (of te herpakken) (van Hoof, van Erp, Boumans, & Muusse, 2014; Zoon, 2012; Hammink, Altenburg, & Schrijvers, 2012). Het gevoel van wantrouwen of onveiligheid, onzekerheid en gebrek aan zelfvertrouwen dat hierdoor kan ontstaan, beperkt onder andere de omgang met anderen (Hoekstra & Reelick, 2012; van Hoof, van Erp, Boumans, & Muusse, 2014; van Weeghel, 2010).

Factoren in de directe sociale omgeving

Los van (maar mede door) de individuele factoren, spelen ook factoren in de directe sociale omgeving een rol. Een voorbeeld hiervan is dat mensen in een kwetsbare positie stigmatisering en/of discriminatie ervaren vanuit de omgeving (van Weeghel, 2010; Hoekstra & Reelick, 2012; Hoekstra, de Snoo, & Collard, 2016) met als gevolg dat velen zich (nog verder) terugtrekken en afzonderen (Couwenbergh & van Weeghel, 2014).

Mensen in een kwetsbare positie zitten vaak in een probleemsituatie waar hun beperking een versterkende factor is. De optelsom van een laag inkomen, een lage opleiding, een slechte gezondheid en werkloosheid vergroot de kwetsbaarheid (Zoon, 2012; Pommer & Boelhouwer, 2017). Een oplossing hiervoor zou een positieve stimulans en waardering vanuit de omgeving zijn, maar die is er vaak niet: mensen in een kwetsbare positie doen minder mee in de samenleving waardoor zij doorgaans minder gewaardeerde sociale rollen vervullen.

Maatschappelijke factoren

Tot slot wordt het door barrières in de maatschappij steeds moeilijker voor mensen in een kwetsbare positie om mee te kunnen (blijven) doen. Met het invoeren van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) wordt verwacht dat kwetsbare mensen (langer) thuis wonen en steeds meer in hun eigen omgeving de problemen oplossen, al dan niet met hun eigen netwerk (van der Zwet, de Vries, & van de Maat, 2020). Door snelle digitalisering worden dagelijkse handelingen ingewikkelder. Ook wordt er vanuit reguliere bedrijven of instanties weinig rekening gehouden met mensen in een kwetsbare positie (Gemeente Rotterdam, 2020; van Hoof, van Erp, Boumans, & Muusse, 2014; Couwenbergh & van Weeghel, 2014).

3.3 Aan te pakken factoren

Buurtcirkel richt zich op het aanpakken van beïnvloedbare factoren die de doelgroep doorgaans belemmeren, zodat zij zelfstandiger door het leven kunnen gaan: met meer eigen regie, zelfvertrouwen, een sociaal netwerk en minder afhankelijk van professionele en/of informele ondersteuning. De opgestelde subdoelen (zie tabel) dekken deze gehele lading. Door actiever mee te draaien in de maatschappij, groeit hun kwaliteit van leven (Wolf, 2016).

Subdoelen Buurtcirkel
1. Deelnemers leren op wederkerige wijze kwetsbaarheden, ervaringen en talenten te delen met elkaar.
2. Deelnemers doen zelfvertrouwen op en krijgen zicht op eigen kracht, als voorwaarde om vervolgstappen in hun ontwikkeling te zetten.
3. Deelnemers vergroten en versterken hun sociale vaardigheden door contacten (in de directe omgeving) aan te gaan en te onderhouden.
4. Deelnemers vergroten hun praktische vaardigheden om zelfstandig problemen en hulpvragen op te lossen.
5. Deelnemers zijn in staat om hulp te vragen en te bieden in de directe omgeving.
6. Deelnemers maken gebruik van de mogelijkheden in de wijk en dragen actief bij.

Tabel 1 - Subdoelen van Buurtcirkel.

Individuele factoren maken de doelgroep vatbaarder voor terugtrekken en het vermijden van sociale relaties. Om te zorgen dat zij uit deze situatie komen, werkt Buurtcirkel aan:

- bewustwording van eigen talenten zodat deelnemers weten wat zij te bieden hebben en meer vertrouwen krijgen in zichzelf. (Subdoel 1)
- helpen van deelnemers om hun talenten en vaardigheden (beter) te gebruiken. (Subdoel 2, 3 en 4)
- creëren van een veilig en vertrouwd klimaat waar deelnemers hun persoonlijke verhaal durven te vertellen. Deelnemers ervaren hierdoor dat iedereen problemen en kwetsbaarheden heeft. Door het besef van "lotgenoten", kan worden gewerkt aan het doorbreken van de angst en schaamte om hulp te vragen. (Subdoel 5)

Factoren in de directe omgeving

- Buurtcirkel stimuleert deelnemers elkaar te helpen: de diverse vragen, maar ook de diverse kwaliteiten en vaardigheden van deelnemers kunnen op deze manier van toegevoegde waarde zijn voor elkaar. Hierdoor ontstaat een netwerk van wederkerige relaties waarbij deelnemers het gevoel krijgen te kunnen bijdragen. (Subdoel 5 en 6)
- Buurtcirkel faciliteert het ondernemen van activiteiten (bijv. het doen van vrijwilligerswerk) en werkzaamheden in de buurt/wijk zodat deelnemers meer meedraaien in de maatschappij. Hierdoor ervaren deelnemers dat ook zij onderdeel kunnen zijn van een wijk, wat een flinke impuls geeft aan het verzelfstandigingsproces. (Subdoel 6)

Het beter omgaan met wat de maatschappij van mensen vraagt

- Buurtcirkel ondersteunt deelnemers wegwijs te maken in de complexiteit van de maatschappij en digitalisering. Deelnemers helpen elkaar bij praktische zaken, bijvoorbeeld het aanvragen van een DigiD of het reizen met het OV. (Subdoel 4)

3.4 Verantwoording

Het uitgangspunt van Buurtcirkel is dat een groep kwetsbare mensen met ondersteuningsvragen samen met een vrijwilliger elkaar op basis van hun talenten en krachten ondersteunen, zodat zij zelfredzamer worden in het dagelijks leven. De passende ondersteuning bij dit groepsproces wordt voorzien door de Buurtcirkelcoach, die op een eclecticisch-integratieve manier (Snellen, 2007) te werk gaat en op basis van de situatie een inschatting maakt en een interventie toepast. De coach stemt zijn handelen daarmee situationeel af vanuit een of meer benaderingswijzen. De concrete toepassingen van deze benaderingswijzen, aangevuld met methodieken, vormen de bouwstenen van Buurtcirkel. We noemen dit bewust 'aangevuld met methodieken omdat de effectiviteit van Buurtcirkel grotendeels van niet-model specifieke factoren afhankelijk is. Uit onderzoek is bijvoorbeeld gebleken dat sociale steun, relaties en andere extra therapeutische variabelen grotendeels verantwoordelijk zijn voor goede hulpverlening en positieve therapie-uitkomsten (Cauffman, 2010, 7e druk 2018; McKeown, 2000; Van Vulpen & Verdoorn, 2019; Goldsmith, Lewis, Dunn & Bentall, 2015). Op basis van gedachtegoed en visie ligt de focus bij Buurtcirkel op het stimuleren en ondersteunen van deelnemers om zélf aan de slag te gaan.

Eclecticisch-integratief werken

De basis manier van denken en doen van de Buurtcirkelcoach is oplossingsgericht en herstelondersteunend, in elke fase van de Buurtcirkel. Dat betekent dat de Buurtcirkelcoach altijd gericht is op het ondersteunen naar herstel en daarbij uitgaat van de eigen krachtbronnen van de deelnemer. De basisgedachte van Buurtcirkel is dat mensen mogelijkheden hebben om zich te ontwikkelen en te leren. In de vijf stappen van de Kernfase kan de Buurtcirkelcoach desgewenst verschillende methodieken en werkwijzen inzetten, passend bij het doel van elke stap. De Buurtcirkelcoach gaat op een eclecticisch integratieve manier te werk. Dat betekent dat de methoden en werkwijzen die hij inzet afhankelijk zijn van de persoon, diens doelen en de situatie waarin zij zich bevinden. Het kan ook betekenen dat de Buurtcirkelcoach verschillende methoden en werkwijzen combineert, afhankelijk van wat het meest zinvol lijkt gegeven de situatie.

De methodieken en werkwijzen die de Buurtcirkel coach in zet, zijn onder andere: de empowerment benadering, herstelondersteunende zorg en bijbehorende rehabilitatiemethodieken, de zelfdeterminatie theorie, kwartiermaken, het krachtenmodel, sociale rolversterking. Hieronder worden deze theorieën en methoden nader toegelicht in relatie tot de stappen in de kernfasen van Buurtcirkel.

Empowermentbenadering

De aanpak van Buurtcirkel is gebaseerd op de empowerment benadering, geïntroduceerd door Paolo Freire in de jaren '50: het versterken van het vermogen van mensen (Van Regenmortel, 2009; Linders, 2019). Deze benadering omvat drie onderdelen, waarbij vooral de eerste twee worden ingezet bij Buurtcirkel:

- het versterken van de 'interne' kracht van mensen: het leren zien en aanspreken van eigen kwaliteiten, het geloof in eigen vaardigheden en mogelijkheden; maar het gaat ook om het vertrouwen en de wil (commitment) om de persoonlijke situatie te beïnvloeden
- het mobiliseren van informele hulpbronnen in eigen omgeving
- het beïnvloeden van de omgeving om veranderingen door te voeren.

De onderdelen van de empowermentbenadering vormen een belangrijke helpende theorie bij stap 1 (ervaringen delen) en stap 2 (talenten en vaardigheden) van de Kernfase.

Het Krachtenmodel en positieve psychologie

Om deelnemers te helpen hun persoonlijke talenten te ontdekken, doelen te stellen en gebruik te maken van hun eigen mogelijkheden, wordt gebruik gemaakt van het Krachtenmodel (Rapp & Goscha, 2006; Rapp & Goscha, 2012). Deze aanpak kent de volgende onderdelen: het opbouwen van een vertrouwensrelatie, inventariseren waar krachten liggen, doelen stellen en een stappenplan maken, nagaan wat in de omgeving is en benut kan worden en tot slot, samenwerken met anderen. Daarnaast dienen talenten van anderen als voorbeeld voor verdere groei (Rapp & Goscha, 2006). De wetenschap van positieve psychologie sluit hierbij

aan: de focus gaat naar *krachten* niet naar *klachten*. Positiviteit maakt (interne) hulpbronnen vrij en moedigt nieuwe, gevarieerde ideeën en gedragingen aan (Fredrickson, 2009).

In een Buurtcirkel zijn deelnemers voortdurend bezig met hun doelen en ontwikkelplan, met wat ze leuk vinden, waar ze energie van krijgen en goed in zijn. Maar deze methode en de theorie van positieve psychologie kan de Buurtcirkel specifiek inzetten voor stap 2 van de Kernfase (talenten en vaardigheden)

Zelfdeterminatietheorie

Het versterken van het eigen vermogen werkt het beste als mensen intrinsiek gemotiveerd zijn: als zij het belang inzien van dat wat ze leren. Volgens de Zelfdeterminatie theorie (Deci & Ryan, 1985) wordt de intrinsieke motivatie verhoogd als kan worden voldaan aan drie psychologische basisbehoeften:

- autonomie
- ervaren competentie
- verbondenheid met de omgeving, vertrouwen hebben in anderen.

De elementen van de zelfdeterminatietheorie vormen een belangrijke onderlegger voor stap 2 van de Kernfase (talenten en vaardigheden).

Sociale rolversterking (SRV)

Sociale rolversterking is een theorie die een realistisch beeld geeft over het leven van onder andere mensen met een beperking in onze samenleving: die helder maakt wat onderwaardering met mensen doet (Van Vulpen & Verdoorn, 2011; Van Erp, Hendriksen & Verdonschot, 2014). De gedachte gaat uit van hoe meer waardevolle sociale rollen je hebt, hoe meer toegang je hebt tot de goede dingen van het leven – en meer kwaliteit van leven.

De Buurtcirkelcoach gaat uit van de rol die een deelnemer kan innemen in zijn directe leefomgeving. Ook stimuleert de Buurtcirkelcoach de deelnemers om te investeren in positieve beeldvorming en competentievergroting, de twee belangrijkste pijlers om een gewaardeerde sociale rol in te nemen (Van Erp et al., 2014). De coach past ook zelf positieve beeldvorming en competentievergroting toe door bijvoorbeeld in de media of in de lokale omgeving berichten over Buurtcirkel en de deelnemers te delen. De nadruk ligt op de bijdrage van de deelnemers aan elkaar en aan de buurt. Sociale rolversterking is een belangrijke theoretische onderlegger voor stap 4 (sociale waardering ontwikkelen) en 5 (verdere verzelfstandiging) van de Kernfase.

Kwartiermaken

Als de deelnemer de stap naar buiten de groep maakt, heeft niet alleen hij invloed op hoe dat verloopt, maar moet ook de omgeving de deelnemer, met zijn beperkingen, kunnen 'ontvangen'.

Kwartiermaken is een manier om toegang te krijgen tot een gewenste omgeving (Kal, 2001, vijfde druk 2016; Fountain-Hardick & Rensen, 2011). De methode richt zich op het bevorderen van een maatschappelijk klimaat waarin iedereen kan meedoen en erbij horen. Mensen met en zonder psychische of sociale beperkingen, met hun eigen (on)mogelijkheden en zo zelfstandig als ze kunnen zijn.

Binnen Buurtcirkel sluit Kwartiermaken aan stap 4 van de Kernfase (sociale waardering ontwikkelen). Door gericht te zoeken naar plekken en mensen in de wijk die toegankelijker kunnen worden voor de deelnemers van Buurtcirkel, helpt het deelnemers uit hun sociale isolement. Ze gaan nieuwe verbindingen aan die ze als zinvol ervaren.

Rehabilitatiemethodieken

Een van de praktische manieren waarop de herstelfactoren vorm krijgen in het Buurtcirkelprogramma is door het gebruik van rehabilitatiemethodieken. Rehabilitatie is het proces van het ondersteunen van mensen met beperkingen bij het verkennen, kiezen, verkrijgen en behouden van hun eigen doelen zodat zij tevreden en succesvol zijn in hun activiteiten en in hun deelname aan de samenleving (Korevaar & Droës, 2008; tweede

druk 2011). Rehabilitatie gaat uit van mogelijkheden, niet van beperkingen. Je werkt toe naar een zo zelfstandig mogelijk leven met optimale participatie en regie over het leven.

Deze rehabilitatiemethodieken worden voornamelijk ingezet in stap 3 (hulp vragen en bieden), 4 (sociale waardering ontwikkelen) en 5 (verdere verzelfstandiging) van de Kernfase.

Daarnaast worden onderdelen van het programma 'Herstellen doe je zelf' (Henkens, Van 't Hof, Jacobs, Kooijman & Valk, 2009) gebruikt in de groepsgesprekken om hoop en perspectief op herstel te stimuleren. Dit programma is ontwikkeld vanuit de herstelvisie en effectief gebleken voor toename van hoop, empowerment en zelfvertrouwen (Van Gestel-Timmermans, Brouwers & Van Nieuwenhuizen, 2012). Eigen regie, het uitwisselen van ervaringen en levensverhalen en het bieden van steun zijn de onderdelen die in alle stappen van de kernfase aan bod komen. Door onderling ervaringen te delen kunnen de deelnemers bijvoorbeeld beter begrijpen wat er met hen is gebeurd en zelf betekenis geven aan hun ervaringen (Boevink, 1997).

Onderdelen van het programma 'Herstellen doe je zelf' vormen input voor stap 1 (ervaringen delen) en 2 (talenten en vaardigheden) van de Kernfase.

4. Onderzoek

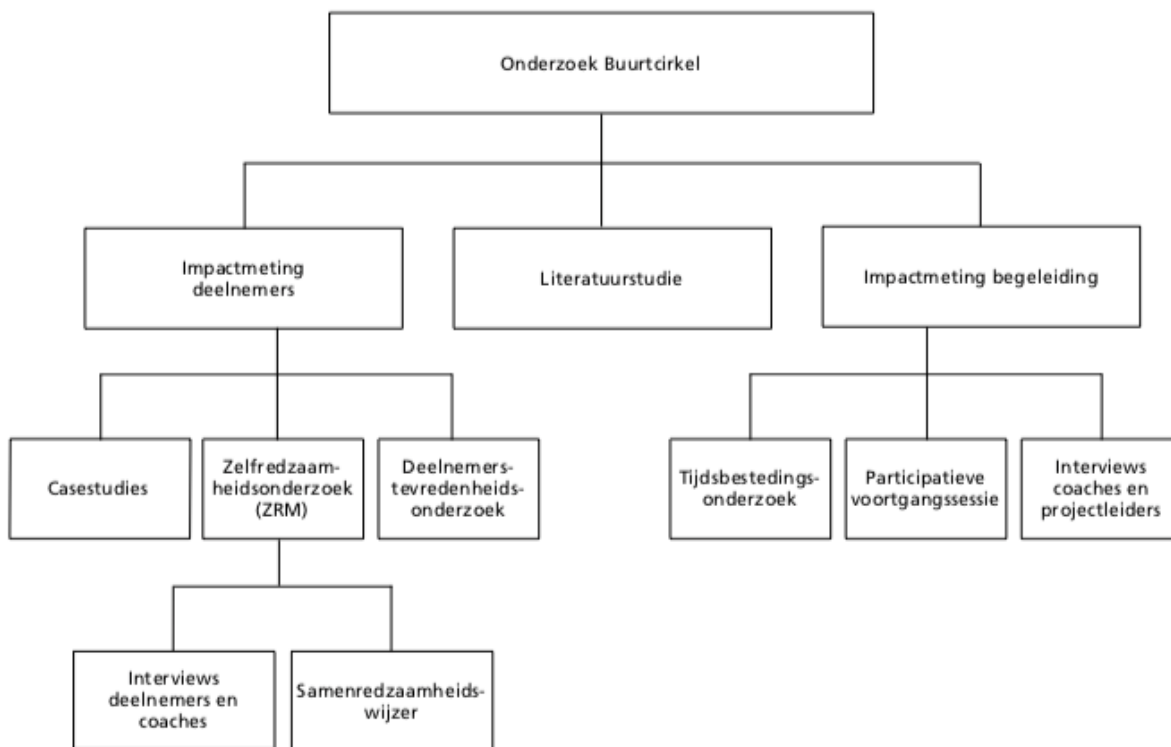
4.1 Onderzoek naar de uitvoering

1. Weltevrede, A. M., van den Heerik, A., Wolff, R., de Boom, J., & Seidler, Y. (2017). *Netwerken in de buurt. Een onderzoek naar het nieuwe zorgconcept Buurtcirkel*. Onderzoeksbureau Risbo en Movisie

In de periode 2014-2016⁹, de startperiode van Buurtcirkel, is twee jaar extern onderzoek gedaan naar vier verschillende Buurtcirkels binnen Rotterdam: 25 deelnemers, 8 coaches, 2 projectleiders en een vrijwilliger namen hieraan deel. Het doel van het onderzoek was het nader bestuderen van Buurtcirkel aan de hand van vier onderzoeksvragen:

1. In welke mate en onder welke voorwaarden draagt een Buurtcirkel bij aan het verbeteren en/of vergroten van het netwerk van een deelnemer? Hoe zien deze netwerken eruit en wat is de betekenis hiervan voor de mensen uit de Buurtcirkel?
2. In welke mate en onder welke voorwaarden dragen Buurtcirkels bij aan de ontwikkeling van de zelfredzaamheid van deelnemers?
3. Wat zijn de succes- en/of faalfactoren van de netwerkopbouw, welke dilemma's en knelpunten spelen er en hoe pakt men die aan of zou men die anders aan kunnen pakken?
4. Wat zijn de werkzame bestanddelen van de Buurtcirkels? Welke lessen kunnen hieruit geleerd worden voor de betrokkenen en ook andere initiatiefnemers, beleidsmakers en dergelijke in de sociale sector?

Figuur 3 geeft de onderzoeksopzet met de verschillende onderdelen weer.



Figuur 3 – Onderzoeksopzet Risbo (Weltevrede A. , van den Heerik, Wolff, de Boom, & Seidler, 2017)

⁹ Omdat dit de startperiode van Buurtcirkel betreft, en daardoor een redelijk gedateerd onderzoek is, benoemen we enkel de relevante uitkomsten

Resultaten van het onderzoek

Waardering en ervaring van de uitvoerders

- Een gevarieerde groepssamenstelling is van invloed op een succesvolle netwerkopbouw.
- Coaches waren vaak nog zoekende in hun (nieuwe) rol als coach en het invulling geven aan de bijeenkomsten. Dit werd veroorzaakt door een ruim geformuleerd doel gecombineerd met de door de coaches ervaren solitaire manier van werken.
- Volgens de coaches is het niet realistisch om te verwachten dat alle deelnemers volledig onafhankelijk worden van professionele ondersteuning. De frequentie en intensiteit van individuele begeleiding kunnen wel verminderen of veranderen, maar bij een groot aantal deelnemers niet wegvallen.
- Het kan zijn dat binnen de individuele coaching zaken opgepakt worden die moeilijk door mededeelnemers of de vrijwilliger overgenomen kunnen worden. Dit gaat met name over privacy gevoelige zaken zoals het helpen bij de financiën van een deelnemer.

Waardering en ervaring van de doelgroep

- De belangrijkste bijdrage van Buurtcirkel is van sociale aard. Deelnemers ervaren een netwerkuitbreiding (87% geeft aan meer contact te hebben met anderen), leren elkaar kennen en ondernemen activiteiten met elkaar. Een factor die van invloed is op een succesvolle netwerkopbouw, is de groepssamenstelling. Het blijkt in de praktijk goed te werken als de groep divers is samengesteld.
- Het netwerk binnen Buurtcirkel zorgt voor verrijking van het leven van deelnemers en draagt bij aan hun emotioneel welbevinden: ze hebben meer zelfvertrouwen en zijn gelukkiger.
- Geïnterviewde deelnemers vertellen dat zij, door met elkaar in gesprek te gaan, andere deelnemers beter hebben leren kennen. Zo is er meer onderling vertrouwen ontstaan en is men elkaar meer als persoon gaan respecteren en accepteren.
- Deelnemers zijn zelfstandiger: zij kunnen bijvoorbeeld met het openbaar vervoer reizen en weten om te gaan met een computer of mobiele telefoon.
- Deelnemers zijn zich bewuster van hun talenten en zetten deze in om mededeelnemers te helpen. Deelnemers durven ook meer hulp te vragen bij mededeelnemers. Kortom, er is sprake van wederkerigheid binnen Buurtcirkel.

Hieronder beschrijven we de aandachtspunten en aanbevelingen uit het onderzoeksrapport uit 2017, met in cursief als dit is opgepakt, uitgewerkt of doorontwikkeld.

Aandachtspunten

- Doelformulering tussen coach en deelnemer laat een verschil zien: Coaches zien de terugtrekkende professionele zorg als een van de doelen van Buurtcirkel; zij zien als doel dat Buurtcirkel op termijn deze zorg vervangt. Deelnemers brengen dit aspect niet naar voren. Zij benadrukken juist de hulp en ondersteuning die zij elkaar kunnen bieden. *Tijdens training en intervisie van de Buurtcirkelcoaches wordt aandacht besteed aan het gedachtegoed en de visie van Buurtcirkel zodat de doelen helder zijn. Tegelijkertijd wordt de rol van de Buurtcirkelcoach t.o.v. de deelnemer hierin meegenomen. In het jaargesprek van de monitor wordt dit thema met betrokkenen besproken.*
- De netwerkuitbreiding vindt vooral binnen de groep plaats en nog weinig in de buurt. *Zie ook bij aanbevelingen.*
- Deelnemers voelen zich nog niet genoeg meegenomen in de besluitvorming omtrent wisselen van coaches. *Deelnemers worden waar mogelijk betrokken bij de selectie of voordracht van een Buurtcirkelcoach.*
- Coaches ervaren enige terughoudendheid van organisaties om cliënten over te dragen aan Buurtcirkel. Enerzijds wegens de concurrentie die wordt ervaren en anderzijds of cliënten de zelfstandigheid van Buurtcirkel wel aan zouden kunnen. *Tijdens informatiebijeenkomsten in het kader van werving worden potentiële deelnemers en hun eventuele verwijzers voor zien van informatie zodat een weloverwogen afweging kan worden gemaakt. De inzet van het promotieteam speelt hierin ook een belangrijke rol.*

- De rol van de vrijwilliger specificeren en het vinden van een vrijwilliger die zich voor langere tijd wil committeren aan een Buurtcirkel. *De rol is nader omschreven en heeft ook een plek in de training van Buurtcirkelcoaches. Qua werving kan ook gebruik gemaakt worden van de adviezen die opgetekend zijn in het afstudeeronderzoek van M. Bouman¹⁰.*

Aanbevelingen

- Meer focus op de werving zodat het gemakkelijker wordt om geïnteresseerde deelnemers te vinden. *Buurtcirkel heeft dit opgepakt door het oprichten van promoteams met deelnemers. Het verhaal van deelnemers zelf is van grote waarde en meer overtuigend. Promotie- en wervingsactiviteiten worden met deelnemers ontwikkeld en uitgevoerd. Daarnaast is het belangrijk voor Pameijer om - in samenwerking met de zorgorganisaties - een plan te maken voor de financiering omtrent Buurtcirkel zodat het voor zorgorganisaties geen belemmering is om Buurtcirkel voor hun cliënten in te zetten. Daarnaast is er onderzoek gedaan door M. Bouman naar werven en binden en heeft een landelijke werkgroep in het verlengde hiervan een nadere analyse gedaan en aanbevelingen opgesteld.¹¹*
- Ervoor zorgen dat bij het vormen van nieuwe Buurtcirkels blijvend gelet wordt op een gevarieerde samenstelling van de groep. *Factoren waarvan we inmiddels weten dat die goed werken, worden uitgewisseld tussen projectleiders en coaches.*
- Meer aandacht besteden aan het aansluiten bij activiteiten in de buurt door de Buurtcirkelcoaches en vrijwilligers zodat deelnemers ook buiten de kaders Buurtcirkel gaan kijken. *Dit is doorlopend punt van aandacht tijdens de intervisie van Buurtcirkelcoaches, het jaargesprek in het kader van de monitor en is onderdeel van de training.*
- Betere begeleiding van startende coaches zodat zij minder zoekend zijn in hun rol. *In de loop der jaren is de training en ondersteuning verbeterd en ontwikkeld om beter aan te sluiten bij de vragen die er zijn.*

¹⁰ Bouman, M. (2020) Boeien en Binden, een onderzoek naar werving, binding en samenredzaamheid bij Buurtcirkel.

¹¹ Analyse en Aanbevelingen t.b.v. werving deelnemers Buurtcirkel. In deze documenten komt de naam +Vijf voor. Dit is een onderdeel en initiatief van Pameijer. Zij faciliteert andere organisaties bij het opzetten en werken met Buurtcirkel.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten

Geen onderdeel van goed beschreven

4.3 Praktijkvoorbeeld

Het verhaal van Kees, deelnemer Buurtcirkel

Kees (49 jaar) is sinds eind 2013 deelnemer van een Buurtcirkel. Hij kwam er terecht nadat hij vanuit het Beschermd Wonen zelfstandig in de wijk was gaan wonen. Achteraf zegt Kees dat hij, ondanks de begeleiding die hij kreeg, te snel uit het Beschermd Wonen is weggegaan: "Ik was niet goed voorbereid. De wijk was nieuw voor mij, ik kende er niemand. Het was ook een rustige wijk, je zag niemand op straat. Ik voelde me heel eenzaam en wist ook niet waar de huisarts was of de tandarts, of hoe ik daar informatie over kon vinden."

De ambulante begeleider informeerde Kees over de Buurtcirkel. Daar moest hij goed over nadenken, omdat hij zich in huis veilig voelde: "Ik kende niemand, maar voelde me wel veilig in mijn huis. Ik vind het moeilijk om contact te maken. Na een maand heb ik besloten om een keer mee te gaan en kreeg ik hulp van iedereen. De een bracht me naar de apotheek, de ander legde weer iets anders uit. En ik heb weer geleerd om met plezier voor mezelf en anderen te koken".

De Buurtcirkel van Kees bestaat uit acht personen die op loopafstand van elkaar wonen. De groep is heel stabiel. Alle jaren zijn er geen deelnemers weggegaan. Ook de vrijwilliger is al vanaf de start betrokken. De professionele coaches wisselen wel geregeld. Elke maandagavond komt de groep bij elkaar in het buurthuis en dan eten ze ook samen. Daarnaast ondernemen ze verschillende activiteiten, zoals samen een filmpje kijken. Laatst organiseerden ze een barbecue met drie andere Buurtcirkels. Naast gezellige activiteiten is de Buurtcirkel ook belangrijk voor Kees omdat er moeilijke dingen met elkaar worden gedeeld: "Je kunt er over praten met elkaar en als iemand wegblijft bij activiteiten, omdat hij het moeilijk heeft, dan vragen we hem toch te komen."

"Het verschil met Beschermd Wonen is dat er bij het Beschermd Wonen 24 uur per dag 7 dagen in de week begeleiding was. Ze zaten je de hele tijd achter je broek aan: Kees doe dit, Kees doe dat. Het was betuttelend, het ging soms echt te ver, want ik kan ook dingen goed zelf zoals mijn administratie. Met mijn Buurtcirkelcoach bespreek ik wat ik die week ga doen. Ik moet er dan zelf aandacht aan geven. Ook bij de Buurtcirkel moet je het allemaal zelf doen. Als groep bepalen we wat er in de Buurtcirkel gebeurt. Het is niet altijd makkelijk. Soms loop ik dan met mijn kop tegen de muur, maar daar leer je het beste van."

Kees is door de Buurtcirkel stabiel geworden. Zijn zelfvertrouwen is toegenomen, hij heeft steun van andere deelnemers en steeds meer dingen lukken hem zelf. Zonder de Buurtcirkel had hij niet kunnen wonen waar hij nu woont. De Buurtcirkel heeft hem het netwerk geboden dat hij nodig had. Hij ziet de mensen uit de Buurtcirkel, zijn coach, de buurman en zijn moeder. Dat is precies wat Kees op dit moment nodig heeft. Hij heeft nog een tip voor andere mensen in het Beschermd Wonen: "Zorg voor een goed netwerk om je heen als je het Beschermd Wonen verlaat. Dat kunnen familie en vrienden zijn, of de Buurtcirkel."

5. Samenvatting Werkzame elementen

- Bij Buurtcirkel ligt de regie bij de deelnemer: de deelnemer beslist zelf wat zijn doelen zijn en ontwikkeltempo is. (1 en 3)
- Buurtcirkel legt de focus op talenten en vaardigheden, niet op de kwetsbaarheid. (1 en 2)
- Buurtcirkel speelt flexibel in op de situatie en behoefte van deelnemer(s). (1, 2 en 3)
- De groepsbenadering: sociale steun, relaties en andere extra therapeutische variabelen dragen bij aan goede hulpverlening. (1 en 2)
- De groep wordt ingezet als rolmodel voor elkaar. (1, 2 en 3)
- Opbouw en/of uitbreiding van een wederkerig netwerk waarin mensen om hulp durven te vragen en hulp durven te bieden. (1, 2 en 3)
- Buurtcirkel stimuleert participatie en inclusie in de wijk. (1 en 3)

Verklaring classificatie veronderstelde werkzame elementen

1 = Veronderstelling ontwikkelaar

2 = Wetenschappelijke of theoretische onderbouwing

3 = Praktijkervaringen

4 = *Wetenschappelijk effectonderzoek (n.v.t.)*

6. Aangehaalde literatuur

- Balling, C., van Dam, J., Elich, J., de Jager, M., Scheffel, R., Schoorl, R., . . . Winsemius, A. (2016). *Sociaal maakt gezond*. Sociaal Werk Nederland en Movisie.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Aaker, J. L., & Garbinsky, E. N. (2013). Some Key Differences between a Happy Life and a Meaningful Life. *Journal of Positive Psychology*.
- Boevink, W. (1997). Over leven na de psychiatrie. *Maandblad Geestelijke volksgezondheid*, 232-240.
- Boevink, W. (2008). *HEE Herstel, Empowerment en Ervaringsdeskundigheid. Praktijkvoorbeeld*. Utrecht: Movisie.
- Boevink, W. (2017). *HEE! Over Herstel, Empowerment en Ervaringsdeskundigheid in de psychiatrie*. Trimbos instituut.
- Boevink, W., Kroon, H., Delespaul, P., & van Os, J. (2017). Empowerment according to Persons with Severe Mental Illness: Development of the Netherlands Empowerment List and its Psychometric Properties. *Open Journal of Psychiatry*.
- Boevink, W., Prinsen, M., Elfers, L., Droes, J., Tiber, M., & Wilrycx, G. K. (2009). Herstelondersteunde zorg, een concept in ontwikkeling. *Tijdschrift voor Rehabilitatie*, 42-54.
- Boumans, J. (2015). *Naar het hart van empowerment. Deel 2*. Trimbos instituut en Movisie.
- Cacioppo, J. T., Cacioppo, S., & Boomsma, D. I. (2013). Evolutionary Mechanisms for Loneliness. *Cognition and Emotion*.
- Calis, W., & Redeker, I. (Onbekend). *Werken aan sociale netwerken*. Vilans.
- Carr, V. J., & Waghorn, G. (2013). To love and to work: The next major mental health reform goals. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*.
- Cauffman, L. (2010, 7e druk 2018). *Simpel. Oplossingsgerichte positieve psychologie in actie*. Amsterdam: Boom Uitgevers.
- Collard, P., & Brand, S. (2020). *Waardevolle zorg voor kwetsbare Rotterdammers*. Rotterdam: Gemeente Rotterdam.
- Couwenbergh, C., & van Weeghel, J. (2014). *Over de brug*. Kenniscentrum Phrenos.
- de Beer, Y. (2011). *De kleine gids: Mensen met een licht verstandelijke beperking*. Wolters Kluwer Nederland BV.
- de Graaf, R., ten Have, M., & van Dorsselaer, S. (2010). *De psychische gezondheid van de Nederlandse bevolking*. Trimbos Instituut.
- de Vries, S., & van de Maat, J. (2020). *Eenzaamheid: Wat weten we en waar staan we?*. Movisie.
- Deci, E., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and selfdetermination in human behavior*. New York: Springer US.
- Delespaul, P. H. (2013). Consensus over de definitie van mensen met een ernstige psychische aandoening (EPA) en hun aantal in Nederland. *Tijdschrift voor Psychiatrie*.
- Feijten, P., Schellingerhout, R., de Klerk, M., Steenbekkers, A., Schyns, P., Vonk, F., . . . Heering, L. (2017). *Zicht op de Wmo 2015*. Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Flores, E. C., Fuhr, D. C., Bayer, A. M., Lescano, A. G., Thorogood, N., & Simms, V. (2018). Mental health impact of social capital interventiosn: a systemic review. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*.
- Fountain-Hardick, C., & Rensen, P. (2011). *Methodebeschrijving Kwartiermaken*. Utrecht: Movisie.
- Fredrickson, B. L. (2009). *Positivity*. Spectrum.
- Gemeente Rotterdam. (2020). Gemeente Rotterdam.
- Gemeente Rotterdam. (2020). *Kijk op LVB*. Gemeente Rotterdam.
- Goldsmith, L. P., Lewis, S. W., Dunn, G., & Bentall, R. P. (2015). Psychological treatments for early psychosis can be beneficial or harmful, depending on the therapeutic alliance: an instrumental variable analysis. *Psychological Medicine*.
- Hamminck, A., Altenburg, M., & Schrijvers, C. (2012). *De sociale gevolgen van verslaving*. IVO instituut voor Onderzoek naar Leefwijzen en Verslaving.
- Heerema, F. (2019). *Wat kunnen we leren van ervaringen van deelnemers en coaches? Verslag deelnemersonderzoek en jaargesprekken 2018-2019*. Pameijer.
- Hendriksen-Favier, A., Nijnens, K., & van Rooijen, S. (2012). *Handreiking voor de implementatie van herstelondersteunende zorg in de ggz*. Utrecht: Trimbos instituut.
- Henkens, H., van 't Hof, R., Jacobs, H., Kooijman, H., & Valk, I. (2009). *Handleiding voor twaalf bijeenkomsten over herstel. Behorende bij het werkboek Herstellen doe je zelf*. Tilburg: Kenniscentrum Zelfhulp en Ervaringsdeskundigheid.
- Henkens, H., van 't Hof, R., Jacobs, H., Kooijman, H., & Valk, I. (2009). *Herstellen doe je zelf. Werkboek behorende bij twaalf bijeenkomsten over herstel*. Tilburg: Kenniscentrum Zelfhulp en Ervaringsdeskundigheid.
- Hoekstra, L. T., & Reelick, N. F. (2012). *Kwetsbaar en Krachtig*. Gemeente Rotterdam.
- Hoekstra, L., & Collard, P. (2017). *Kwetsbaar en krachtig: De zoektocht naar passende ondersteuning om betekenisvol te kunnen leven*.
- Hoekstra, L., de Snoo, M., & Collard, P. (2016). *Kwetsbaar en Krachtig 2*. Gemeente Rotterdam.

- Housing Lin. (2018). *Establishing the financial case for Keyring*. Housing Lin.
- Kal, D. (2001, vijfde druk 2016). *Kwartiermaken: werken aan ruimte voor mensen met een psychiatrische achtergrond*. Amsterdam: Boom.
- KeyRing. (2020). *KeyRing Living Support Networks*. Opgehaald van KeyRing Living Support Networks: <https://www.keyring.org/>
- Korevaar, L., & Droes, J. (2008; tweede druk 2011). *Handboek Rehabilitatie voor zorg en welzijn*. Coutinho.
- Krok, D. (2017). When is Meaning in Life Most Beneficial to Young People? Styles of Meaning in Life and Well-Being Among Late Adolescents. *Journal of Adult Development*, 96-106.
- Linders, L. (2010). *De betekenis van nabijheid: Een onderzoek naar informele zorg in een volksbuurt*.
- Linders, L. (2019). *Op zoek naar houvast*. Hogeschool Inholland.
- McKenzie, K., & Harpham, T. (2006). *Social capital and mental health*. Jessica Kingsley Publishers.
- McKeown, K. (2000). *A guide to what works in family support services for vulnerable families*. Dublin.
- Overweg, K., & Michon, H. (2011). *Factsheet Panel Psychisch Gezien*. Trimbos-Instituut.
- Peters, A. (2017). *Oog voor het sociale netwerk*. Movisie.
- Pommer, E., & Boelhouwer, J. (2017). *Overall rapportage sociaal domein 2016*. Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Pommer, E., & Boelhouwer, J. (2017). *Overall rapportage sociaal domein 2016*. Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Queraum. kultur- & sozialforschung. (2020). *Externe Evaluation des Nachbarschaftskreises*. Wenen: Queraum.
- Rapp, C. A., & Goscha, R. J. (2006). *The Strengths Model*.
- Rapp, C. A., & Goscha, R. J. (2012). *The Strengths Model. A recovery-oriented approach to mental health services*.
- Snellen, A. (2007). *Basismodel voor methodisch hulpverleners in het maatschappelijk werk. Een eclectisch-integratieve aanpak*. Bussum: Coutinho.
- Sok, K., Royers, T., & van der Veen, N. (2013). *Bouwen aan sociale netwerken van mensen met een beperking, ziekte of aandoening*. Movisie en Vilans.
- Steyaert, J., & Kwekkeboom, R. (2012). *De zorgkracht van sociale netwerken*. Movisie.
- van Campen, C., Vonk, F., & van Tilburg, T. (2018). *Kwetsbaar en eenzaam?* Sociaal en Cultureel Planbureau.
- van der Zwet, R., de Vries, S., & van de Maat, J. (2020). *Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid*. Movisie.
- van Erp, N., Hendriksen, A., & Verdonschot, M. (2014). *Sociale inclusie. Ondersteunen in en met de samenleving*. Trimbos instituut en Vilans.
- van Gestel-Timmermans, J. A., Brouwers, E. P., & van Nieuwenhuizen, C. (2012). Effects of a peer-run course on the recovery of people with major psychiatric problems: A randomised controlled trial. *Psychiatric Services*, 54-60.
- van Hoof, F., & Kroon, H. (2015). *Position paper ten behoeve het ronde tafelgesprek GGZ van de vaste commissie voor Volksgezondheid, Welzijn en Sport van de Tweede Kamer*. Trimbos Instituut.
- van Hoof, F., van Erp, N., Boumans, J., & Muusse, C. (2014). Trimbos instituut.
- van Hoof, F., van Erp, N., Boumans, J., & Muusse, C. (2014). Trimbos instituut.
- van Hoof, F., van Erp, N., Boumans, J., & Muusse, C. (2014). *Persoonlijk en maatschappelijk herstel van mensen met ernstige psychische aandoeningen*. Utrecht: Trimbos instituut.
- van Hoof, F., van Erp, N., Boumans, J., & Muusse, C. (2014). *Persoonlijk en maatschappelijk herstel van mensen met ernstige psychische aandoeningen*. Trimbos instituut.
- van Regenmortel, T. (2009). Empowerment als uitdaging kader voor sociale inclusie en moderne zorg. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 22-42.
- van Vulpen, A., & Verdoorn, P. (2011). *Werken aan kwaliteit van bestaan. Bouwstenen voor inclusief ondersteunen*. Boom/Nelissen .
- van Vulpen, A., & Verdoorn, P. (2019). *De relatie. Persoonlijk contact als basis voor waardevolle zorg*. Amsterdam: SWP.
- van Weeghel, J. (2010). *Verlangingen naar volwaardig burgerschap; maar wat doen we in de tussentijd?* Prismaprint.
- Vektis intelligence. (2016). *Hoeveel mensen worden behandeld in de ggz?* Opgehaald van Vektis intelligence.
- Weltevrede, A. M., van den Heerik, A., Wolff, R., de Boom, J., & Seidler, Y. (2017). *Netwerken in de buurt. Een onderzoek naar het nieuwe zorgconcept Buurtcirkel*. Onderzoeksbureau Risbo en Movisie.
- Weltevrede, A., van den Heerik, A., Wolff, R., de Boom, J., & Seidler, Y. (2017). *Netwerken in de buurt. Een onderzoek naar het nieuwe zorgconcept Buurtcirkel*. Utrecht: Risbo en Movisie.
- Wilken, J. (2010). *Recovering care: A contribution to a theory and practice of good care*. Amsterdam: SWP.
- Woittiez, I., Eggink, E., & Ras, M. (2019). *Achtergrond document bij "Het aantal mensen met een licht verstandelijke beperking: een schatting"*. Sociaal en Cultuur Planbureau.
- Woittiez, I., Eggink, E., & Ras, M. (2019). *Achtergrond document bij "Het aantal mensen met een licht verstandelijke beperking: een schatting"*. Sociaal en Cultuur Planbureau.
- Wolf, J. (2016). *Krachtwerk*. Coutinho.

Zoon, M. (2012). *Kenmerken en oorzaken van een licht verstandelijke beperking*. Nederlands Jeugd Instituut.