



Eindrapportage Themis 2016-2017 bij Xtra, Den Haag

30-03-2018

Achtergrond

In 2016-2017 deden in totaal twintig Marokkaanse vrouwen tussen 33-55 jaar oud mee aan de Themis-jaarcursus, georganiseerd door Stichting Xtra in Den Haag. Van de groep die in november 2016 startte hebben zeven deelnemers het hele programma doorlopen; de groep omvatte steeds 12-16 deelnemers en is gedurende 42 bijeenkomsten bij elkaar gekomen.

Themis is een beproefde methodiek voor volwasseneneducatie, ontwikkeld door Vantroud Educational Services (www.themis-participatie.nl). Het is van belang dat een leerproces met de meest kwetsbare deelnemers start in hun eigen taal en op hun niveau. Themis is een agogische methode die de psychosociale context van de deelnemers als uitgangspunt neemt, waarbij een sociaal werker uitdaagt tot leren. Deze combinatie om samen tot persoonlijke ontwikkeling te komen zorgt ervoor dat deelnemers succeservaringen opdoen, waardoor zij meer leervermogen en zelfvertrouwen ontwikkelen. Zij stellen zich actiever op in hun eigen omgeving en kiezen naar vermogen voor een vervolgtraject.

Themis is een combinatie van peer support (onderlinge uitwisseling, steun, exposure) en professionele steun (begeleiding door een sociaal werker). De deelnemers gaan begeleid in gesprek over wat voor hen van het grootste belang is, over de kwaliteit van hun leven en dat van hun gezin, over hun positie in de samenleving en de dilemma's die zij daarbij tegenkomen. De begeleider daagt daarbij uit tot het innemen van verschillende perspectieven: die van elkaar, die van familie (interne perspectieven) en die van de Nederlandse samenleving (externe perspectieven). Nieuwe situaties, zoals conflicthantering in het gezin en gesprekken met leerkracht of huisarts, worden geoefend door middel van o.a. uitwisseling, rollenspel en vormen van inprenting en herhaling, alsmede excursies en gastlessen.

Het jaarprogramma bestaat uit 5 modules, die gedeeltelijk zijn uitgevoerd tot en met de derde bijeenkomst van module 5. De externe activiteiten (excursies, gastlessen, uitstapjes, bezoek organisaties) hebben helaas niet plaatsgevonden doordat voor 2 in plaats van 3 dagdelen is gekozen.

Module	Bevordert communicatie binnen	Resultaten
1. Kennismaking	De leergroep	Een veilige en uitdagende leeromgeving; vertrouwen
2. Gezinscommunicatie	Familie en vrienden	Bewustwording van de negatieve effecten van roddel; vertrouwen binnen de groep
3. Gezondheid	Gezondheidsprofessionals	Bewustwording van preventieve en curatieve gezondheidskwesties; verbeterd lichaamsbewustzijn en zorg voor zichzelf
4. Sociale vaardigheden	Partner en familie	Zelfwaarde en zelfvertrouwen; effectieve communicatie en

5. Opvoeding	Kinderen en leerkrachten/verzorgers	conflicthantering; betere sociale vaardigheden Bewustwording van opvoedingsdoelen en waarden; effectieve opvoedvaardigheden en communicatie; kennis over ontwikkelingsfases en opvoedverantwoordelijkheid
--------------	-------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Begin- en eindniveau, resultaten van het programma

Het begin- en eindniveau van de deelnemers is moeilijk vast te stellen omdat niet alle deelnemers aan beide metingen hebben meegedaan. Het taalniveau is alleen bij aanvang vastgesteld (zie Bijlage). De andere kwantitatieve meetmethoden (Vragenlijst Gezinsfunctioneren, Vragenlijst Self-efficacy) zijn bij slechts zeven deelnemers twee maal toegepast en laten een zeer gevarieerd beeld zien (Resultaten op aanvraag). Veranderingen zijn niet oorzakelijk toe te schrijven aan de deelname aan Themis en andere bepalende factoren zijn niet duidelijk in beeld.

Kwalitatieve gegevens over de Themisgroep zijn er des te meer. De begeleidster heeft iedere week een evaluatie ingevuld, waaruit leerverhalen zijn opgetekend. Ook is er twee keer een extra groepsbijeenkomst geweest over opvoeden. Veel van deze verhalen zijn benut in een onderzoek in opdracht van Stichting Opvoeden.nl, om opvoedinformatie beter aan te laten sluiten bij de belevingswereld van laagopgeleide opvoeders met een migratieachtergrond (Rapport op aanvraag).

Uit de evaluaties komen de volgende reacties van de deelnemers naar voren:

- Mijn depressie is verminderd doordat ik kan praten, me gehoord en begrepen voel.
- Ik heb het idee dat de knobbel in mijn hart is verdwenen.
- Ik geef mijn gezin, echtgenoot en kinderen meer tijd.
- Ik heb meer energie gekregen.
- Doordat ik niet veel praatte over mijn problemen werd ik daar ziek van. Nu kan ik weer ademen en voel me verlichter.
- Nu ik meer praat voel ik me beter.
- Ik ben me ervan bewust geworden dat het geduld wat ik in mijn leven heb gehad me ook wel veel mooie dingen heeft opgeleverd.
- De groepsdynamica doet me ook erg goed. Het is een leuke groep en vertrouwd.
- De manier van les geven staat ons erg aan en maakt dat ik ook elke keer weer terug kom.
- Als leerling voel ik me serieus genomen in mijn mogelijkheden en voel me niet bedreigd of gekleineerd door de begeleider.
- Ik raak niet in paniek en voel ervaar geen druk bij het leren van nieuwe dingen, dit is voor mij nieuw.
- Leren is voor mij in eerste instantie niet meer belangrijk omdat ik al 15 jaar Nederlands probeer te leren. De manier waarop les wordt gegeven trekt mij toch zeer om te blijven komen en leer toch elke keer weer nieuwe dingen.
- Ik heb meer woorden geleerd.
- Ik kijk er elke keer naar uit om te komen.
- De groep en de manier van les geeft mij rust en ik ervaar geen stress van het leren
- De relatie met mijn man is erg verbeterd door de oefeningen in Themis

Reacties van de begeleidster:

- Deelnemers zijn zich veel meer bewust geworden van (de effecten van) hun eigen gedrag.
- Deelnemers begrijpen de rol van hun eigen opvoedgeschiedenis en de rol die zij spelen in de opvoeding van hun kinderen.
- Zij hebben vaak spijt van besluiten, die echter buiten hun invloed lagen.
- Het was moeilijk om de kleine doelen die de deelnemers wel degelijk hadden (bijv. assertiviteit, grenzen stellen, tijd nemen om voor jezelf te zorgen, kinderen aandacht geven) te herkennen als opstap naar participatiedoelen (werk etc.), terwijl dat wel nodig is.
- De deelnemers ontwikkelden hun vaardigheden om naar elkaar te luisteren, ervaringen uit te wisselen, elkaar te steunen.
- De deelnemers hadden vaak nog moeite met de structuur om 2 dagdelen per week aanwezig te zijn, dit werd gaandeweg wel beter.
- Voor een aantal deelnemers was het mogelijk om een begin te maken met de verwerking van oude trauma's.
- De deelnemers gaven aan veel van hun kinderen te leren over: hoe kom je voor jezelf op? Hoe sta je in de wereld?
- De Nederlandse woordenschat van de deelnemers is erg vooruit gegaan, vooral over gezondheid. Ook rekenen en klokkijken ging redelijk goed. Het aantal contacten met Nederlanders is nog niet erg toegenomen, omdat de noodzaak ontbreekt.
- De deelnemers hebben uitgesproken nu graag een computercursus te gaan doen. Ze weten dat er veel informatie beschikbaar is op internet en willen zich hiermee ontwikkelen.

De begeleidster gaf gedurende en na de cursus regelmatig aan dat zij het moeilijk vond om 'kleine doelen' te herkennen. Vanuit haar opdracht als sociaal werker is zij gericht op grotere doelen, zoals 'werk vinden' en 'contact met Nederlanders'. Voor de deelnemers leefde dat echter niet. Anderen zorgen voor inkomen en ze hebben een eigen netwerk. Als de begeleidster op zulke doelen aandrong, gaven de deelnemers aan 'rust' te willen. De laatste maanden van de cursus focuste de begeleidster op het herkennen van doelen, die wel leefden in de groep. Een deelnemer vertelde bijvoorbeeld een verhaal, waaruit bleek dat zij moeilijk 'nee' kon zeggen onder druk van verwachtingen en angst voor afwijzing. Maar zij kon deze ervaring niet zelf vertalen naar een doel of uitdaging. De begeleidster moest als 'tolk' optreden door na te gaan welk doel bij deze klacht hoort en in de cursus aandacht te gaan besteden aan assertiviteit. Dit voorbeeld onderstreept het belang van een semi-gestructureerd programma, waarin ruimte is om aan te sluiten op de belevingswereld van de deelnemers. Dit is één van de ontwerpprincipes van Themis.

Tot slot

De deelnemers vertellen vaak dat zij het wel nodig, maar moeilijk vinden om te veranderen. Een deelnemer merkt op dat dit geen excuus mag zijn. Ze geeft aan dat we als moslims verplicht zijn om ons positief te ontwikkelen op het moment dat we iets niet kunnen en informatie hierover moeten opzoeken, juist om onszelf te veranderen. Ze noemt dit in haar eigen taal **zelfopvoeding**....

Conclusie

Als Themis-ontwikkelaars signaleren we dat er meer ontwikkelingswinst te behalen was als ook het dagdeel met de externe activiteiten ('externe perspectieven') was uitgevoerd. Juist dit onderdeel in het ontwerp van Themis-bijeenkomsten leidt ertoe dat de deelnemers nieuwe informatie verwerken, nieuwe inzichten verwerven en op andere handelingsmogelijkheden komen. Het kan ook

zijn dat de deelnemers dan pas echt concrete doelen kunnen benoemen, omdat ze alternatieven hebben leren kennen. Groepsprocessen zonder actief externe perspectieven toe te voegen hebben als effect dat het resultaat maar beperkt is. Het kan wel voldoende zijn, als het primaire doel is om elkaar te steunen. Peer support is een krachtig instrument als het gaat om stressvolle situaties, rouw- of verliesverwerking, of complexe vraagstukken. Binnen een groep kunnen er dan voldoende elementen aangedragen worden om betekenisvol te zijn, maar er ontstaan geen fundamentele alternatieven voor het eigen denken of gedrag. Dit wordt bevestigd door de uitvoering van de Themisgroep in Den Haag in 2016-2017.

De Themiscursus bij Xtra is desondanks als zeer waardevol ervaren door de deelnemers en de begeleidster, omdat zij juist die steun nodig bleken te hebben. De deelnemers zijn bijzonder open geweest over hun levenservaringen, de knelpunten die zij ervaren en de kansen die zij zien. Door de focus op de uitwisseling ('interne perspectieven') waren zij een grote steun voor elkaar. Het is de verdienste van de begeleidster dat zij dit proces steeds in goede banen heeft weten te leiden en tot bewustwording en verantwoordelijkheid heeft gestimuleerd.

© 2018, Rapportage door Rogier van 't Rood / Christa Nieuwboer
www.themis-participatie.nl

Bijlage 1

Kenmerken van de deelnemers bij voormeting

NB er zijn tijdens de cursus 5 deelnemers uitgestroomd en 9 deelnemers ingestroomd

	Leeftijd	Onderwijs afgerond	CEFR Niveau Luisteren	CEFR Niveau Spreken	Participatieniveau *zie Bijlage 2
1	42	Inburgering	A0	A1	1
2	48	Geen	A2	A2	1
3	48	Basisonderwijs	B1	A2	1
4	45	Geen	B1	A2	1
5	50	Taalles	A0	A1	0
6	38	Geen	A0	A0	1
7	38	Taalles	A0	A0	0
8	33	Basisonderwijs	A2	A0	1
9	48	Geen	B1	A2	1
10	52	Geen	A2	A2	1
11	52	Geen	A1	A1	1
12	55	Geen	A0	A0	0



Bijlage 2

participatieniveau P-start

	ik ben vooral thuis;
	ik ga naar een huisarts met een tolk (of tolkend familielid);
	ik doe boodschappen in de nabije omgeving;
	ik onderneem geen vrijetijdsactiviteiten zoals sport of uitgaan;
	ik vraag hulp bij het gebruik maken van regelingen zoals uitkering/gemeente;
	ik zoek plekken en bekenden op in de eigen directe omgeving;
	vul zelf aan...

participatieniveau P1

	ik bezoek de school en voer een gesprek met de leerkracht;
	ik raadpleeg een huisarts zonder tolk (of tolkend familielid);
	ik neem zelfstandig deel aan het openbaar vervoer;
	ik onderneem vrijetijdsactiviteiten zoals sport of uitgaan;
	ik maak gebruik van openbare faciliteiten zoals bibliotheek, museum, gemeenteloket;
	ik bezoek andere plekken dan de eigen directe omgeving;
	vul zelf aan...

participatieniveau P2

	ik zorg voor een ander, mantelzorg of doe een verzorgende activiteit in de buurt;
	ik ben betrokken bij buurtwerk, een buurtfeest of evenement;
	ik loop stage of doe vrijwilligerswerk bij een school, gezondheidscentrum, sportclub, museum, winkel, verpleeghuis, cultureel centrum;
	vul zelf aan...

participatieniveau P3

	ik help in de zaak van een familielid of vrienden;
	ik heb een betaalde (part time) baan;
	ik heb een eigen zaakje;
	ik doe een opleiding;
	vul zelf aan...