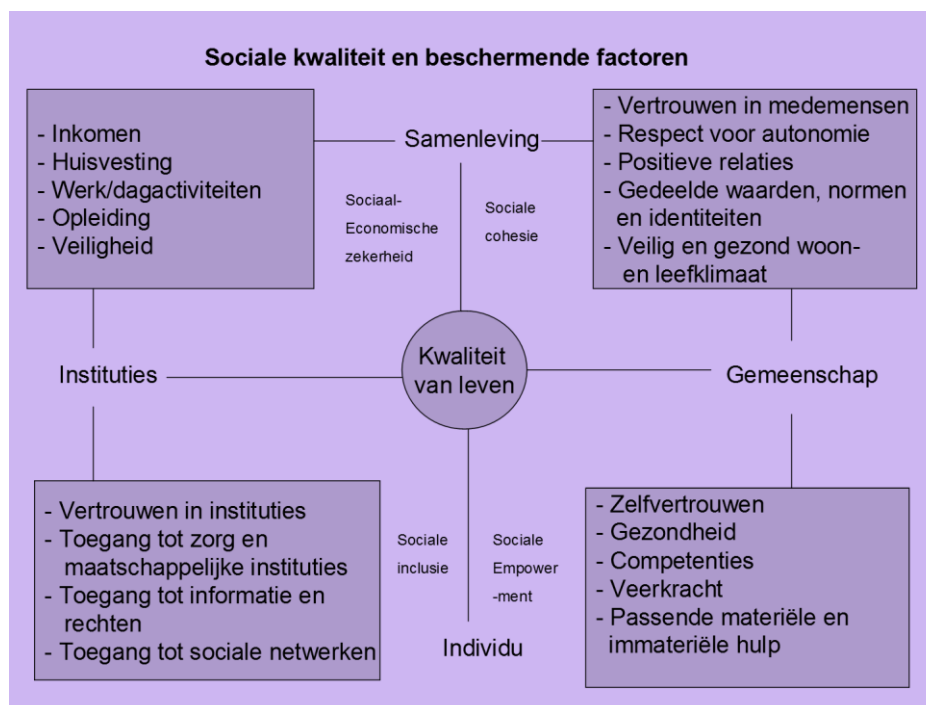




EIGEN KRACHT



Bron: *Krachtwerk, Judith Wolf en Carinda Jansen, 2011*

1. Inzetten op Eigen Kracht

Het inzetten van Eigen Kracht kan een onderdeel worden van het methodisch werken van de sociale wijkteams. Het kost de nodige tijd, moeite en competenties om hier doelgericht mee aan de slag te gaan. De uitgangspunten hierbij zijn:

- Focus op de kracht van de mensen: van 'oplossen voor' naar 'meedenken met'
- Inventarisatie van krachten en (hulp)bronnen
- Vaststellen van ambities en behoeften
- Uitgaan van kansen en mogelijkheden, niet van beperkingen

2. Krachten

Krachten zijn de positieve competenties of eigenschappen die het iemand mogelijk maakt om tot veranderingen en oplossingen te komen. Voorbeelden zijn veerkracht, doorzettingsvermogen, intelligentie, sociale vaardigheden.

Soorten krachten

1. Persoonlijke kwaliteiten: ik ben ...
2. Talenten en competenties: ik kan ...
3. Krachten en mogelijkheden in de omgeving: ik heb ...
4. Interesses, ambities en inspiraties: ik wil ...

3. (Hulp)bronnen

Bronnen zijn onder te verdelen in informatief, materieel, financieel, relationeel. Voorbeelden van hulpbronnen zijn te lezen in de onderstaande tabel.

Soorten hulpbronnen
Sociale kwaliteit <ol style="list-style-type: none">1. Sociaal-economische zekerheid2. Sociale empowerment3. Sociale inclusie
Persoonlijke, sociale of maatschappelijke en institutionele bronnen <ol style="list-style-type: none">1. Persoonlijke bronnen2. Sociale of maatschappelijke bronnen3. Institutionele bronnen

Nadere uitwerking van de diverse soorten hulpbronnen wordt gedaan met voorbeelden. Geclusterd rond de condities van sociale kwaliteit zijn dit:

1. *Sociaal-economische zekerheid*: inkomen & toeslagen, financiële buffer, opleiding & scholing, werk, (openbaar) vervoer, woonruimte, huisgenoten
2. *Sociale cohesie*: contacten met familie, vrienden, collega's & burens, sociale steun, vertrouwen, gedeelde waarden & normen, positieve verhalen en gebeurtenissen, culturele waarden en tradities, collectieve identiteit, veiligheid en leefbaarheid
3. *Sociale empowerment*: aspiraties & hoop, competenties, zelfwaardering, zelf- en ervaringskennis, geloof dat door eigen inspanning verbetering van (sociale) status bereikbaar is, aanmoediging en bevestiging, geboden kansen en mogelijkheden, participatie in actie- en cliëntengroepen & politieke activiteiten
4. *Sociale inclusie*: acceptatie (afwezigheid van stereotypering en stigmatisering), participatie in maatschappelijke en educatieve activiteiten, lidmaatschap van verenigingen of clubs (sport, muziek, religieus genootschap), vertrouwen in professionals en instituties, toegankelijke en responsieve dienstverlening en zorg, betaalbare kinderopvang

Persoonlijke, sociale of maatschappelijke en institutionele bronnen:

1. *Persoonlijke bronnen*: gezondheid, opleiding, arbeidsmarktpositie, kwaliteiten en talenten, zelfredzaamheid, veerkracht
2. *Sociale of maatschappelijke bronnen*: sociale relaties, sociale steun, zorgzaamheid & solidariteit, tastbare materiele zaken (huisvesting, goederen), culturele activiteiten, clubs en verenigingen, religieuze genootschappen, wijkvoorzieningen en (openbaar) vervoer
3. *Institutionele bronnen*: arbeidsbemiddeling en arbeidsmarkt, sociale zekerheid, maatschappelijke instanties en (geestelijke) gezondheidszorg, onderwijs, rechts-bijstand, zakelijke dienstverlening (banken, verzekeringen, overheidsdiensten, politieke partijen en vakbonden)



4. Ambities en behoeften

Ambities:

Wat is het ambitieniveau van iemand? Wat wil hij of zij bereiken? Waar droomt de persoon van? Wat is haalbaar of bereikbaar? Wat is hiervoor nodig?

Behoeften:

Voorbeelden van behoeften zijn onder meer erkenning (acceptatie, affectie, empathie, vertrouwen), betekenis (begrip, bewustzijn, uitdaging, stimulering), lichamelijk welbevinden, autonomie. Uitgangspunt voor het in kaart brengen van behoeften is de 'geweldloze communicatie'. Op de website van vraagwijzer is hiervan een korte samenvatting te vinden.