

## Krachtwerk

Krachtwerk is een methodiek om kwetsbare mensen te ondersteunen bij het volwaardig meedoen in de samenleving. Krachtwerk maakt gebruik van de kracht en mogelijkheden van mensen en de hulpbronnen in de gemeenschap en helpt hen de regie over hun leven te houden of terug te krijgen. Krachtwerk wordt toegepast bij diverse doelgroepen en in diverse werkvelden, waaronder de maatschappelijke opvang en beschermd wonen, vrouwenopvang, verslavingszorg, forensische zorg, vluchtelingenwerk, welzijnswerk en in het sociale domein (sociale wijkteams).

### Wat is herstel?

Kwetsbare mensen omschrijven herstel zelf in termen van: mee doen, erbij horen, een goed gevoel over jezelf en eigen regie. Zij brengen herstel ook nadrukkelijk in verband met ambities.

Herstel verwijst naar zowel een uitkomst als een proces. Als uitkomst gaat het bij herstel om een zingevend bestaan met hoop en zicht op een betere toekomst, dat verwijst naar betere bestaansvoorwaarden, verbinding met anderen, een positieve identiteit & competenties en toegang tot instituties, netwerken en rechten. Herstel betekent niet dat iemand vrij is van problemen, symptomen of verslaving of daar niet langer mee worstelt. Het betekent ook niet dat iemand geen begeleiding, behandeling of medicatie meer nodig heeft of dat iemand per se zelfstandig en onafhankelijk in zijn eigen behoeften voorziet.

Het proces van herstel is uniek en persoonlijk. Het is een proces van vallen en opstaan, van kleine stapjes vooruit en stapjes terug, van succeservaringen, maar ook van frustraties en pijn. Herstellen doen mensen zelf; de vonk daartoe moet in henzelf ontstaan.

### Krachtwerk in een notendop

- Gaat uit van de eigen kracht van cliënten en de hulpbronnen in hun omgeving.
- Versterkt de zelfredzaamheid en maatschappelijke participatie van cliënten.
- Gaat ervan uit dat de grenzen aan de ontwikkeling van cliënten en hun omgeving vooraf niet bekend zijn of vastliggen.
- Begrijpt het functioneren van cliënten vanuit meerdere dimensies (handelen, systeem, ontwikkeling) en vanuit hun inbedding in diverse systemen (gezin, familie, vrienden en kennissen, scholing en opleiding enzovoorts).
- Beschouwt de samenleving als rijk aan hulpbronnen en mogelijkheden tot herstel.
- Richt zich op zelfsturing en neemt de keuzes van cliënten als vertrekpunt van de begeleiding.
- Draait om de werkrelatie tussen cliënt en begeleider.
- Wordt bij voorkeur uitgevoerd in de natuurlijke leefomgeving van cliënten.
- Zet maximaal in op de benutting van het persoonlijke steunsysteem van cliënten en schakelt het professionele systeem zo weinig mogelijk in, maar zoveel als nodig is.

<sup>1</sup> 'Krachtwerk' is door prof. dr. Judith Wolf ontwikkeld in samenwerking met de Academische Werkplaats Opvang & Herstel, onderdeel van Impuls - Onderzoekscentrum maatschappelijke zorg van het Radboudumc.

<sup>2</sup> In de zomer van 2015 heeft Krachtwerk, de krachtgerichte basismethodiek, de erkenning 'Goed onderbouwd' gekregen. Krachtwerk wordt opgenomen in de databank Effectieve sociale interventies van Movisie.



## Pijlers van Krachtwerk

*'Kwetsbare mensen beschikken over een gevarieerd arsenaal aan overlevingsstrategieën en ongekende veerkracht. Aansluiten op de eigen veerkracht van mensen en die versterken is dé opdracht van professionals'. (begeleider)*

### Hoop op een zingevend bestaan

Kwetsbare mensen voelen zich vaak in de steek gelaten, ervaren over het algemeen weinig binding meer met de samenleving en beschouwen zichzelf als buitenstaanders. De weinig rooskleurige situatie laat onverlet dat zij vaak hoop blijven koesteren op een beter bestaan, op een leven dat de moeite waard is om geleefd te worden. Krachtwerk sluit daarom aan bij die - vaak verborgen - gevoelens van hoop en doet die herleven.

### Burgerschap

Kwetsbare mensen zijn en blijven burger ondanks hun vaak zwakke maatschappelijke positie en ondanks hun soms lastige of bijzondere gedrag. Krachtwerk kiest burgerschap als ijkpunt voor verandering. Dat betekent niet dat iedereen aan het ideaalbeeld van autonome burger moet voldoen, wel dat het perspectief daarop blijft bestaan en dat er nooit sprake mag zijn van een 'tweederangsburgerschap'. Krachtwerk laat mensen ervaren wat burgerschap kan betekenen in hun leven.

### Sociale kwaliteit

Krachtwerk is gefundeerd in een model dat de situatie van kwetsbare mensen begrijpt en verklaart vanuit diverse factoren op micro-, meso- en macroniveau. Dit houdt in, dat er aandacht is voor individuele factoren (bijvoorbeeld de kracht en belastbaarheid van iemand), maar ook voor factoren die van invloed zijn op de sociale inbedding van mensen en de werking van instituties, en voor ontwikkelingen in de samenleving als geheel (vergrijzing, verkleuring etc.).

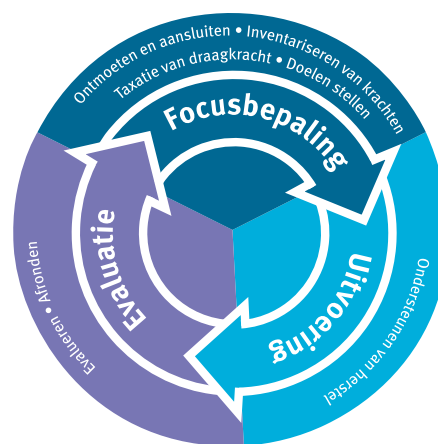
### Hulpbronnen

Bij herstel is het aanboren van hulpbronnen van wezenlijk belang. Herkenning en benutting van die hulpbronnen kan de cliënt immers helpen om zijn doelen te realiseren met het oog op een zingevend bestaan. Belangrijk is, dat kwetsbare mensen niet langer dan nodig zijn aangewezen op professionele hulpverlening en zichzelf met behulp van hun omgeving zo goed mogelijk weten te redden. Het is dé uitdaging voor professionals om alles in het werk te stellen om met de mensen zelf de hulpbronnen op te sporen en te gebruiken.

*Uiteindelijk willen cliënten weten dat je werkelijk om ze geeft, dat je het belangrijk vindt hoe het met ze gaat, dat je naar ze zult luisteren, dat je ze zult respecteren (welke achtergrond ze ook hebben) en dat je gelooft dat ze iets waardevols kunnen opbouwen met de hulpbronnen in henzelf en om hen heen'. (begeleider)*

### Krachtgericht begeleidingstraject

Krachtwerk is te beschouwen als een proces waarin begeleiders allerlei taken uitvoeren ter ondersteuning van het herstelproces van cliënten. Omdat het leven vaak veel sterker is dan de leer, worden deze taken zelden in een keurige volgorde, volgens het boekje, uitgevoerd. Desondanks kent het begeleidingstraject herkenbare delen, namelijk: focusbepaling, herstelondersteuning en evaluatie. Dit traject van samenhangende delen en bijbehorende taken is uitgewerkt in een handleiding voor begeleiders die hen in het dagelijkse werk overzicht en houvast biedt.



## Instrumenten van Krachtwerk

### Krachteninventarisatie

Kern van een krachteninventarisatie is om zicht te krijgen op de krachten en hulpbronnen van kwetsbare mensen ter ondersteuning van hun herstelproces. De krachteninventarisatie draait om de vraag wat voor iemand het leven de moeite waard maakt. Door die vraag krijgt iemand weer toegang tot zijn wensen en verlangens en zicht op wat voor hem en belangrijke anderen in zijn naaste omgeving een 'goed leven' is. Het werkblad krachteninventarisatie beschrijft, aan de hand van tien leefgebieden, de wensen, ambities en competenties van een persoon en zijn omgeving, in het verleden, het heden en de toekomst.

Vormen van kracht				
Persoonlijke kwaliteiten	Talenten en vaardigheden	Krachten en mogelijkheden omgeving	Interesses en aspiraties	Kennis en ervaring
<i>(ik ben...)</i> eerlijk zorgend hard werkend volgzaam geduldig mondig behulpzaam kom op voor anderen	<i>(ik kan...)</i> goed rekenen en met geld omgaan creatief denken veel talen spreken het islamitische heilige boek goed uitleggen naaien / tekenen / koken goed onthouden	<i>(ik heb...)</i> een oudere broer een hond als beste vriend een inkomen een lidmaatschap van de kerk een goed contact met burens	<i>(ik wil...)</i> graag koken artiest worden graag naar de film een rijbewijs en een eigen auto graag weer een keer naar mijn geboorteland	<i>(ik weet...)</i> wat goede voeding is het openbaar vervoer te gebruiken hulp te regelen geld uit te geven zonder schulden te maken
<p>En ook:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wat je als cliënt hebt geleerd over jezelf, anderen en de wereld in het proces waarin jij je hebt teweer gesteld tegen tegenslagen, ingrijpende gebeurtenissen en verlies.</li> <li>- Trots dat je het hebt overleefd!</li> </ul>				

*'Ik had een negatief zelfbeeld. Op den duur ga je geloven wat ze allemaal over je zeggen. Nu is dat anders ...  
Ik heb ontdekt dat ik goed voor mezelf kan opkomen en heel sociaal ben ingesteld. Ik weet nu dat ik zelf keuzes kan maken en dingen kan bereiken. Ik stel zelf vragen over wat ik met mijn toekomst wil en hoe ik daarvoor kan zorgen'. (cliënt)*

### Actieplan

Krachtwerk gaat ervan uit dat alle mensen doelen hebben. Er is altijd wel iets dat een persoon raakt, iets waar hij behoefte aan heeft of iets wat hem energie geeft. Het is de kunst om daar samen achter te komen. In een actieplan worden die doelen omgezet in kleine, haalbare acties om de doelen te realiseren. Het actieplan is daarmee een soort werkagenda, die helpt om overzicht en focus te bewaren.

*'Ik heb gemerkt dat wanneer de doelen en de daarbij horende acties echt van haarzelf zijn, ze ook eerder uitgevoerd worden, te meer daar het ook kleine voor haar bereikbare stapjes zijn.' (begeleider)*

### Teamkrachtbespreking

Een teamkrachtbespreking is de brandstof voor een team dat krachtgericht wil werken. Het houdt de uitgangspunten en principes van het krachtmodel levend en sterk. De teamkrachtbespreking ondersteunt en versterkt begeleiders in hun werk om cliënten beter bij te staan bij het behalen van hun doelen. De bespreking helpt ook bij het vlottrekken van stagnaties in het begeleidingstraject. Centraal staan de uitdagingen en puzzels die voortkomen uit het

dagelijkse werk. De eerder genoemde krachteninventarisatie vormt het vehikel voor het samen bespreken, het aanreiken van creatieve oplossingen in het werk met cliënten en het uiteindelijk gezamenlijk opbouwen van een 'body of knowledge.'

## Implementatie en borging

### Krachtgerichte, lerende organisaties

Net als bij cliënten is bij begeleiders de omgeving in hoge mate bepalend voor hun doen en laten. Als de werkomgeving bij het oude blijft dan is de kans groot dat begeleiders snel zullen terugvallen in hun oude manieren van werken. Daarom is het voor een goede implementatie van Krachtwerk nodig dat de principes die hieraan ten grondslag liggen ook de basis vormen voor de inrichting van de organisatie. Een organisatie die voluit kiest voor Krachtwerk is casusgeleid, heeft een duidelijke focus, een wederkerige sturing, is lerend & reflecterend en beschouwt professionals als vakmensen.

### Modelgetrouwheid

Een modelgetrouwe uitvoering van Krachtwerk betekent dat de uitvoering ervan in de praktijk is zoals die hoort te zijn. Hoe meer modelgetrouw de uitvoering, hoe groter de kans op goede resultaten voor cliënten en hun naasten. De kwaliteitseisen van Krachtwerk zijn vastgelegd in een kwaliteitskader. Teams kunnen zich laten toetsen op modelgetrouwheid. Die toetsing gebeurt door audits met hiervoor specifiek opgeleide auditoren.



## Meer lezen

Het methodieboek **'Krachtwerk: een krachtgerichte basismethodiek voor kwetsbare mensen'** is een onmisbaar anker in het krachtgerichte werken. Het geeft de fundamente en de achtergronden van de krachtgerichte basismethodiek weer, beschrijft wat het krachtgerichte begeleidingstraject omvat en onder welke voorwaarden een succesvolle en duurzame implementatie van deze manier van werken gerealiseerd kan worden. Te bestellen via: [info@krachtenherstel.nl](mailto:info@krachtenherstel.nl)

Voor instellingen die trainingen afnemen zijn de volgende materialen ontwikkeld:

De **'Handleiding voor een krachtgericht begeleidingstraject'** is te beschouwen als 'gereedschap' voor begeleiders in hun dagelijkse werk met cliënten. De handleiding geeft allerlei handvatten en aanwijzingen die begeleiders in de uitvoering houvast geven en ook zorg dragen voor een eenduidige uitvoering van de krachtgerichte, herstelondersteunende basismethodiek. Deze handleiding is belangrijk bij de implementatie van het krachtgerichte werken in een team of organisatie.

Wolf, J. (2012). *Handleiding voor een krachtgericht begeleidingstraject*. Nijmegen: Impuls - Onderzoekscentrum maatschappelijke zorg, Radboudumc.

De **'Hulpmiddelenwaaier voor een krachtgericht begeleidingstraject'** bestaat uit alle werkbladen en hulpmiddelen die begeleiders nodig hebben in de begeleiding van cliënten of die tijdens het traject van dienst kunnen zijn. Ook de hulpmiddelenwaaier is bedoeld als houvast in de samenwerking tussen cliënten en begeleiders.

Wolf, J. (2012). *Hulpmiddelenwaaier voor een krachtgericht begeleidingstraject*. Nijmegen: Impuls - Onderzoekscentrum maatschappelijke zorg, Radboudumc.

## Meer informatie

Radboudumc  
Impuls academie - Onderzoekscentrum maatschappelijke zorg  
[www.impuls-onderzoekscentrum.nl](http://www.impuls-onderzoekscentrum.nl)

Voor vragen over de methodiek en de trainingen:  
@: [info@krachtenherstel.nl](mailto:info@krachtenherstel.nl)  
tel: 024 - 361 88 26

Vormgeving: Final Design  
Drukwerk: Rikken Print b.v.

