

Zelf beslissen over zorg en hulp

Verandering begint met een Eigen Kracht-conferentie



**“Nu heb ik
weer de touwtjes
in handen. Met mijn
mensen heb ik een
plan gemaakt voor
de toekomst.”**

Hoe krijg ik mijn leven op de rails?

Soms kunnen mensen het even niet alleen. Sommige gebeurtenissen in het dagelijks leven zijn zo overweldigend, ingewikkeld of onoverzichtelijk dat hulp wenselijk is. Hoe regel je die? Hoe houd je zeggenschap en regie over de aanpak? De Eigen Kracht-conferentie biedt uitkomst. Tijdens een Eigen Kracht-conferentie maak je samen met familie, bekenden en betrokkenen een plan voor een oplossing. Een plan waar iedereen mee kan werken en dat leidend is voor de toekomst.

Wat is een Eigen Kracht-conferentie?

Een Eigen Kracht-conferentie is een bijeenkomst van een of meerdere personen met hun familie, vrienden en andere bekenden. In het eerste deel van de bijeenkomst staat een concrete vraag centraal. Professionals kunnen in dit deel informatie geven. Onder elkaar wordt vervolgens een plan gemaakt dat antwoord geeft op die vraag. In het laatste deel wordt het plan gepresenteerd. Professionele ondersteuning kan deel uitmaken van dit plan. Tot slot spreekt men af wie wat doet en wanneer iedereen weer bijeenkomt om te kijken hoe het gaat met de uitvoering.

Best eng om over mezelf te praten, maar iedereen deed heel lief. Dat had ik nooit verwacht.”

Stoppen was heel moeilijk. Met steun van mijn familie en vrienden bouw ik een nieuw leven op.”

Wanneer een Eigen Kracht-conferentie?

Overall waar voor jong of oud een plan nodig is, kan een Eigen Kracht-conferentie ingezet worden. Binnen de jeugdzorg, de psychiatrie, de gezondheidszorg, de reclassering, het onderwijs en bij buurtoverlast bijvoorbeeld. Ook bij echtscheiding, conflicten, dreigende huisuitzetting, misdaad, huiselijk geweld, zorg voor oudere of zieke familieleden, het vinden van passend werk en bij het realiseren van een droom. Samenkomen met betrokkenen en zonder invloed van buitenaf een plan maken, kan in alle denkbare situaties. Onderzoek in binnen- en buitenland laat zien dat plannen die op deze wijze worden gemaakt ook succesvol zijn in een ernstige of onveilige situatie.

Ik ben niet meer alleen verantwoordelijk. Enkele familieleden kijken mee en mijn cliënt wil er voor gaan."



Waarom een Eigen Kracht-conferentie?

Mensen die dichtbij staan, vallen we liever niet lastig met onze problemen. Steeds meer mensen doen een beroep op professionals. Die hebben er tenslotte voor geleerd. Met het uit handen geven van een probleem of vraag, raken we in de meeste gevallen ook de zeggenschap kwijt. Ook komt dan vaak maar op één punt een oplossing, terwijl de situatie meestal meerdere oorzaken heeft. Een Eigen Kracht-conferentie zorgt dat onder de eigen mensen openheid komt. Deze personen kennen de hoofdpersoon als geen ander. Samen hebben zij een goed beeld van de hele situatie. Professionals kunnen informatie geven. De keuze voor hulp blijft liggen bij de hoofdpersoon. Hierdoor zorgt een Eigen Kracht-conferentie ook dat een professional of instelling de vraag van een 'cliënt' voorop stelt. Zo ontstaat gelijkwaardigheid.



“ Er moest iets gebeuren, dit kon echt niet meer. Daarom hebben we het plan gemaakt.”

Verschillende varianten

Een Eigen Kracht-conferentie bestaat uit drie delen: informatie delen, een plan maken en het plan presenteren. Bij Eigen Kracht-conferenties voor families of individuen is het tweede deel van de bijeenkomst een besloten deel. De Eigen Kracht-coördinator en hulpverleners of andere professionals zijn daar niet bij. Sommige situaties vragen om een iets andere benadering. Bij groepen als een straat of buurt, bij leervragen of als herstel nodig is tussen twee partijen, zoals na een geweldsdelict. Daarbij zijn vaak meerdere partijen betrokken. De Eigen Kracht-coördinator is dan gespreksleider in het tweede deel. Het zijn allemaal Eigen Kracht-conferenties omdat een plan maken in een groter gemaakte kring het doel is en de Eigen Kracht-coördinator onafhankelijk is. De verantwoordelijkheid voor de vraag en de oplossing komt daarmee in handen van de mensen om wie het gaat.

Hoe vraag je een Eigen Kracht-conferentie aan?

Iedereen kan een Eigen Kracht-conferentie aanvragen. Uit zichzelf of op aanraden van familie, bekenden of een hulpverlener. Sommige instellingen willen zelfs eerst een plan zien van een Eigen Kracht-conferentie voor ze hulp bieden. Het aanvragen loopt via een van de regiomanagers van de Eigen Kracht Centrale. Het gaat bij een Eigen Kracht-conferentie om concrete en open vragen. “Wat is nodig om in dit huis te kunnen blijven wonen?”, “Hoe kunnen de kinderen weer naar school?”, “Wat is nodig om de schade te herstellen?”, “Hoe kunnen we in deze straat veilig met elkaar wonen?” of “Hoe voorkom ik dat ik vereenzaamd nu ik minder mobiel word?”. Als de veiligheid in het geding is, stelt een betrokken hulpverlener een minimumeis voor een veilig plan. Financiering van de Eigen Kracht-conferentie is vaak geregeld via een instelling of via de gemeente. Het is ook mogelijk eerst een informatief gesprek aan te vragen.

**Toen ik
boos werd,
zag ik mijn Suri-
naamse burens
ook knikken.”**

Wie regelt het?

Bij een aanvraag neemt een Eigen Kracht-coördinator binnen enkele dagen contact op. Met de hoofdpersoon wordt gekeken wie van de familie, bekenden of betrokkenen uitgenodigd worden voor de Eigen Kracht-conferentie. De Eigen Kracht-coördinator informeert alle deelnemers over het doel, de werkwijze, verantwoordelijkheden en mogelijkheden van de Eigen Kracht-conferentie. Verder inventariseert de Eigen Kracht-coördinator welke informatie nodig is om tot een goed plan te komen. Hij of zij kan ook helpen bij de organisatie van de bijeenkomst. De Eigen Kracht-coördinator leidt het eerste deel van de conferentie en zet achteraf het plan op papier. De taak van de coördinator stopt na een conferentie. Eigen Kracht-coördinatoren zijn gewone medeburgers die voor dit werk zijn opgeleid. Zij zijn geen hulpverlener of in dienst bij een hulpverlenende instantie. Ze kunnen dus niet in een dubbelrol komen. De Eigen Kracht-coördinator heeft geen oordeel over of belang bij de Eigen Kracht-conferentie.

En dan begint het...

De Eigen Kracht-conferentie gaat ervan uit dat iemand samen met zijn of haar eigen mensen verantwoordelijkheid neemt voor wat er aan de hand is. Hun plan is leidend. Ervaring en onderzoek leren dat deze aanpak bijna altijd kan. De eigen mensen blijven tenslotte. Daarmee is niet in een keer alles opgelost. Om hulp vragen is soms moeilijk genoeg. Net als de juiste mensen bij elkaar krijgen en om vol te houden. Het is wel fijn om zelf verantwoordelijk te zijn over je eigen leven. Een Eigen Kracht-conferentie brengt de regie weer in eigen hand.



**“Het was
echt onder ons,
heel anders dan
met een hulpver-
lener erbij.”**

Voor meer informatie: www.eigen-kracht.nl

De medewerkers van de Eigen Kracht Centrale werken door heel Nederland. Kijk op www.eigen-kracht.nl voor mogelijkheden voor Eigen Kracht-conferenties bij u in de buurt.

Bel gratis: (0800 - EERST EK) 0800 - 33 77 835
of stuur een e-mail naar: info@eigen-kracht.nl



EIGEN KRACHT  **CENTRALE**

De Eigen Kracht Centrale werkt aan een samenleving waarin participatie en samenredzaamheid van burgers centraal staan en waarin burgers de zeggenschap houden over hun eigen leven, zeker in contact met organisaties en overheden.

© EKC 2011 De stichting Eigen Kracht Centrale bezit de ANBI-status.

Deze folder is gedrukt op 100% gerecycled chloorvrij gebleekt papier volgens de FSC-norm.