

Uit de praktijk: SOCIAAL HUIS MALLE ZET IN OP GROEPSWERKING!

Wendy VERHEYEN en Koen HENDRICKX¹

In oktober 2012 startte het sociaal huis Malle, in samenwerking met LOGO Antwerpen, een sessie van zes kooklessen voor alleenstaande mannen. De zes mannen die deelnamen aan deze cursus worden allemaal begeleid door de sociale dienst van het OCMW, en binnen deze begeleidingen werd duidelijk dat deze mannen er een erg ongezond eetpatroon op nahouden, dat voornamelijk bestaat uit boterhammen en fastfood.

LOGO Antwerpen bezorgde de contactgegevens van diëtiste Marleen Gommeren, die samen met Karen Bruylandts en Koen Hendrickx, beide maatschappelijk werkers, deze avonden voorbereidde, zowel qua inhoud als aanpak.

Kooklessen als opstap

Gedurende deze 6 lessen kookten en aten de deelnemers samen een gezonde maaltijd, maar al vlug bleek dat deze groepssessies rond meer dan eten draaiden. De meeste van deze mannen hebben beperkte sociale contacten en zijn

het niet gewoon om in groep te functioneren: voor hen was het wekelijks samen komen en samen werken een hele ervaring en leerschool.

Het vergde ook wel een extra inspanning om deze mannen te motiveren om naar deze kookcursussen te komen. Zowel de eigen maatschappelijk assistent als Koen stimuleerden hen om te komen: ze belden hen bijvoorbeeld de dag zelf nog op om hen eraan te herinneren of gingen hen zelf ophalen.

De sessies werden afgerond met een diploma-uitreiking. Voor velen was dit het eerste diploma dat ze behaalden en ze waren er terecht trots op. Daarnaast kreeg iedereen een braadpan en een kookboek voor budgetvriendelijk koken cadeau.

We zijn er ons van bewust dat deze kookcursus het ongezonde eetpatroon van de mannen niet volledig zal doorbreken, maar ze hebben zeker en vast nieuwe smaken en producten leren kennen.

1 Wendy Verheyen is Manager Welzijn en Koen Hendrickx maatschappelijk werker bij het Sociaal Huis Malle. Contact: wendy.verheyen@sociaalhuismalle.be.

Dit smaakt naar meer...

Omdat er een zeer goede groepsdynamiek ontstond en de mannen aangaven verder te willen gaan, werden er bijkomende activiteiten rond beweging georganiseerd. Zo was er een infoavond rond gezonde voeding, een stadsbezoek aan Gent, een initiatie boogschieten, een touwenparcours en werd er gewandeld met de senioren van het plaatselijke woonzorgcentrum.

Waar er in het begin gesleurd moest worden om hen naar een activiteit te laten komen, vragen ze nu wanneer de volgende activiteit zal plaatsvinden. We merken dat deze activiteiten hun zelfwaarde een boost geven. Het feit dat ze bijvoorbeeld het boogschieten, iets wat ze nog nooit gedaan hadden, op één avond onder de knie kregen, gaf hen een goed gevoel.

“De groepsessies versterken de capaciteiten van deze mannen en dragen bij tot het versterken van het geloof in zichzelf.”

Hieruit blijkt dat deze mannen in hun leven of toch de laatste jaren weinig succeservaringen kenden. Deze groepsessies versterken volgens ons de capaciteiten van deze mannen en dragen bij tot het versterken van het geloof in zichzelf. We stellen vast dat deze werking aansluit bij het empowermentparadigma dat door mevrouw Van Regenmortel als volgt gedefinieerd wordt: *“Empowerment is een proces van versterking waarbij individuen, organisaties en gemeenschappen greep krijgen op de eigen situatie en hun omgeving en dit via het verwerven van controle, het aanscherpen van kritisch bewustzijn en het stimuleren van participatie.”* (Van Regenmortel, 2002).

Een positief effect op de hulpverleningsrelatie

Koen Hendrickx, de maatschappelijk werker die deze groep begeleidt en een aantal van deze mannen ook individueel begeleidt in het kader van budgetbegeleiding of -beheer, wijst ook op het positieve effect van deze groepswerking binnen hun hulpverleningsrelatie. Ook dit vinden we terug in de empowermentmethodiek, waar verwezen wordt naar de meerwaarde die een ‘connection’, een gelijkwaardigheid in de hulpverlening heeft als men wil openstaan voor elkaars deskundigheid. Hij zegt hierover het volgende: *“Door elkaar in een andere context te zien en doordat ze merken dat je dingen voor hen wil doen, begrijpen ze ook beter dat er soms ook iets niet kan en beseffen ze dat dit niet is omdat je als maatschappelijk werker niet wil. Het vertrouwen tussen cliënt en maatschappelijk werker groeit.”*

We zijn volledig overtuigd van de meerwaarde van deze vorm van groepswerking, zowel voor de cliënt als voor de relatie cliënt-hulpverlener, en zullen met deze ‘mannengroep’ verder aan de slag gaan. In het najaar ligt de focus op hygiëne: tandhygiëne, persoonlijke hygiëne, onderhoud van de woning en sociale contacten.